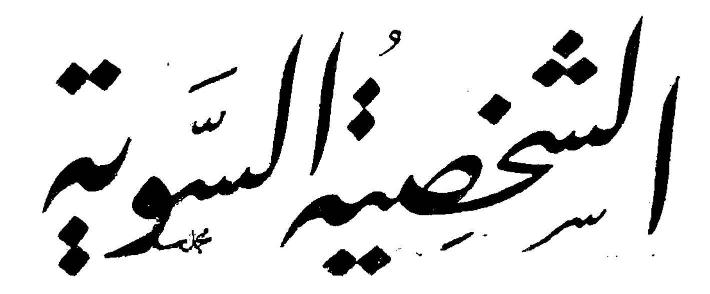
سلسلة
دراسات نفسية إسلامية
(٤)



الشخصية السوية

إعداد
الدكتور سيد عبد الحميد مرسى

الناشر
مكتبة وهبة
١٤ شارع الجمهورية - عابدين
تليفون ٩٣٧٤٧٠

الطبعـة الأولى

المحرم ١٤٠٦ هـ ـ أكتوبر ١٩٨٥ م

دار التوفيق النموذجية
للطباعة والجمع الآلي
الأزهر / ٣ حوض الموصلي بجوار جامع الدعاء

بسم الله الرحمن الرحيم

« ونفس وما سواها - فألهمها فجورها وتقواها »

صدق الله العظيم

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة

الحمد لله رب العالمين ، والصلاة والسلام على سيد المرسلين ، سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .. وبعد :

لقد أصبح الانسان فى حاجة ملحة الى فهم شخصيته ، نظرا لما بلغه من التقدم العلمى التكنولوجي وقصوره فى تنمية المهارات الملائمة فى المجالات الاجتماعية والعلاقات الانسانية . ويبدأ الانسان التفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته مع بيئته لم تعد علاقة ودية ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه .. حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجة ماسة الى فهم ذاته . وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية الانسانية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية .

وتتميز الشخصية السوية بالقدرة على التحكم فى الذات ، وتحمل المسئولية وتقديرها ، والتعاون ، والقدرة على تبادل الثقة ، والانسانية، والديمقراطية ، ومستوى الطموح . ويمكن تحليل السلوك الى نتائج مترتبة على اشباع الحاجة ، وتحدد الحاجات الأساسية للانسان فى الآتى : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق الذات .

ويحتاج الفرد الى الآخرين لمعاونته فى حل المشكلات التى تعترضه .. فهو يحتاج الى الآخرين حتى يشبع حاجاته التى لايستطيع

أن يشبعها بمفرده • وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بما يدعم شعوره بالأمن وتقدير الذات • وللعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية تتلخص فى أن لـدى كل طرف مفهـوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر ، كما يميل كل طرف الى مميزات الآخر ويتقبلها ، ويعمل على الاتصال المستمر بالطرف الآخر ، ويفرض كل منهما مطالب وتوقعات على الطرف الآخر ، كما يحترم كل واحد حق الآخر فى تقرير شـئونه •

ولقـد درجنا على أن نجد كتب علم النفس تهتم أساسا — فى دراستها للشخصية — على الجوانب غير السـوية •• بحيث تتناول الشخصية المضطربة — غير السوية — بالدراسة والتحليل والتشخيص توطئة لعلاجها • ولهذا الجانب أهميته فى التغلب على مشكلات التوافق التى يواجهها الانسان فى حياته اليومية • ومن ناحية أخرى ينبغى ألا نغفل الجانب السوى من الشخصية ، اذ علينا أن نتناوله بالدراسة العلمية النظرية والتطبيقية •

ولقد ركز الكاتب على الجانب السوى للشخصية ، فحاول أن يبرز فى ستة فصول الجوانب المختلفة للشخصية السوية •• فناقش فى الفصل الأول « مدخل الى الشخصية السوية » مفهوم الشخصـية السوية متعرضا للتعاريف المختلفة للشخصية ، والمفاهيم الأساسـية للشخصية السوية ، والشخصية السوية فى القرآن الكريم • وناقش الفصل الثانى بعنوان « اطار نظرى لدراسة الشخصية » النظريات المختلفة للشخصية من وجهات نظر عديدة تتلخص فى الآتى : المدرسة الكليـة ، والمدرسة الكليـة البيولوجية ، ومدرسة التحليـل النفسى (فرويد) ، والفرويديون المحدثون ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات • ثم ناقش أنماط الشخصية كما وردت فى القرآن الكريم وهى : المؤمنون ، والمنافقون ، والكافرون •

وانفرد الفصل الثالث بابراز « ملامح الشخصية السوية » • • فناقش مظاهر النمو النفسى وهى : التكيف ، واشـباع الحـاجات الأساسية ، وتحقيق الشخصية السوية • ثم انتقل الى دراسة الصحة

النفسية والتكيف ، وناقش الشخصية والأخلاق • وانفرد الفصـــل الرابع بدراسة « توافق الشخصية » ، فناقش مفهوم التوافق وأبعاده وهى : التوافق الشخصى ، والتوافق الاجتماعى ، والتوافق المهنى • ثم تعرض لأساليب التوافق غير السوى وهى الهجومية ، والانسحابية والاستعطافية ، والقلق المرضى ، واختتم الفصل بتوضيح مظاهر سوء التوافق فى القرآن الكريم •

وناقش الفصل الخامس « التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق » •• فأبرز الحاجة الى الخدمات النفسية ، ومفهوم التوجيه والارشـــاد النفسى ، والأسس والمبادىء التى يقـــوم عليها التوجيه والارشاد النفسى من النواحى الفلسفية والسيكلوجية، والتربوية والاجتماعية ، والفنية والأخلاقية • وانتقل الحديث الى العلاج النفسى من حيث مفهومه وأهدافه ، واختتم الفصل بابراز العلاج النفسى فى القرآن الكريم من حيث الايمان والشعور بالأمن ، وأسلوب القرآن فى علاج النفس من خلال : الايمان بعقيدة التوحيد ، والتقوى ، والعبادات، والصبر ، والذكر ، والتوبة •

وتركز الحديث فى الفصل السادس « الخاتمة » على مناقشـــة الهدف من الكتاب ، والربط بين الجوانب النفسية والدينية ، وكيف أن العقيدة الاسلامية السمحاء قد سبقت العلم والعلماء المحدثين فى الحديث عن النفس البشرية فى سوائها وانحرافها وأنماط الشخصية المختلفة بفضل ما ورد فى القرآن الكريم من آيات تذكر كل هذه الجوانب ، وما ذكره رسول الله صلى الله عليه وســلم فى أحاديثه النبـــوية الشريفـــة •

وبعد •• فهذه محاولة علمية لابراز جوانب الشخصية السوية مدعمة بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية •• والله ولى التوفيق •

جدة : رجب ١٤٠٥ هـ

مارس ١٩٨٥ م

د • سيد عبد الحميد مرسى

***

الفصل الأول

مدخل إلى الشخصية السوية

● مدخل :

لم يكن الانسان فى يوم من الأيام أشد حاجة الى فهم شخصيته مما هو عليه الآن ، ذلك لأن ثمة صرخة مدوية ترتفع الآن فى كل مكان معلنة أن الانسان قد نمت معرفته بالعالم الطبيعى وتقدمت سيطرته عليه ، فأصبح يرتاد الفضاء ووصل الى القمر ، حتى أصبح قاب قوسين أو أدنى من الهلاك • فلقد وصل الانسان اليوم الى مرحلة من القدرة والمهارة يكاد معها أن يدمر نفسه بنفسه • ولم يعد أمامنا اليوم الا أن ننمى معرفتنا بالطبيعة البشرية ، حتى يحدث التوازن اللازم فى المعرفة الانسانية ، وحتى نكون أكثر قدرة على التحكم فى العوامل التى تسير بنا الى طريق الدمار [1] •

ويؤيد هذا القول ما جاء فى أحد مراجع « العلاقات الانسانية»[2] حيث ذكر المؤلف أن المجتمع الغربى قد فشل فى أن ينمى الأساليب والوسائل والمهارات اللازمة فى المجالات الاجتماعية والشخصية والعلاقات الانسانية ، حتى يتمكن من أن يساير التقدم الذى أحرزه فى المهارات والوسائل والأساليب غير الانسانية السائدة فى المجتمع • وكان يشير بقوله هذا الى التقدم الذى حققته أمريكا فى مجال العلوم الطبيعية وغزو الفضاء واستخدام الأسلحة النووية التى قد تعجل بفناء البشرية ، دون أن يواكب ذلك التقدم الملائم فى مجال العلوم الانسانية •

---

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : **الشخصية والعلاج النفسى** ، القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٣ — ٤ •

(٢) Berrien, F.; **Comments and Cases on Human Relations.** New York : Harper, 1951, pp. 4 — 6.

ويبدأ الانسان بالتفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد اضمحلت ، وأن علاقته بالبيئة المحيطة به لم تعد علاقة ود وأمن ، وعندما يشعر بحدة القصور وانعدام التكافؤ بينه وبين العالم المادى والاجتماعى الذى يعيش فيه ، وعندما يشعر بالعزلة والفرقة بينه وبين الآخرين .. عندئذ يرتد الانسان الى نفسه ، ونتجسم فى أوهامه نقائصه ، ويشعر بحاجة ملحة الى أن يختبر ذاته ويحاسبها ويحاول جاهدا أن يتفهمها . ولكن ليس معنى أن يرتد الأنسان الى نفسه وأن يتفهم شخصيته أنه قد أصبح بالضرورة قادرا على فهمها .. فلقد قامت على مر التاريخ محاولات عديدة لفهم الشخصية الانسانية ، ولكن لا تزال الانسانية تعتبر فى بداية الطريق الى تحقيق هذا الهدف الضخم ، لأن هناك عوامل كثيرة يمكن أن تعطل فهم الانسان لذاته . فالانسان الذى ظل طوال هذه الأجيال ينظر الى نفسه على أنه محور هذا الكون ، وأن كل شىء مخلوق من أجله ، لا يستطيع أن ينظر الى الأمور التى تتصل به وبشخصيته بعين مجردة أو أن يقف منها موقفا علميا موضوعيا خاليا من كل تحيز ومن كل رغبة شخصية . ولهذا تعطلت الدراسة العلمية للشخصية الانسانية فترة طويلة (٣) .

وأخيرا قامت محاولات لدراسة الشخصية دراسة علمية خرجنا منها بنظريات متعددة .. منها ما يهتم بدراسة أنماط الشخصية أو سماتها ، ومنها ما يعنى بالجوانب البيولوجية للشخصية ، وهناك نظرية التحليل النفسى ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات ، ونظرية العوامل الثقافية وغيرها ، مما سنناقشه فى الفصل التالى ، ولا تزال المحاولات مستمرة .

* * *

● مفهوم الشخصية السوية :

يتميز المجتمع الحديث بأنه دائم التغير ، ومن هنا كان على الفرد — الذى يتفاعل مع الظروف المتغيرة فى البيئة — أن يتعلم كيف يستجيب

---

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : **الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى** ، القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦ .

لهذه الظروف ويواجهها بطريقة تحقق له التكيف الشخصى والاجتماعى السليم • ومن ناحية أخرى فان السلوك الانسانى يرتبط ارتباطاً وثيقا مع الظروف الداخلية والخارجية التى يتعرض لها الفرد • وعلى ذلك فاننا لا نستطيع أن نفهم السلوك البشرى ببساطة بمجرد دراسة الظروف الخارجية التى يتعرض لها الفرد ، اذ يرتبط سلوكه أيضا بالخواص والمميزات والاستعدادات الداخلية للفرد • ويمكن القول بأن الاستعدادات الطبيعية التى يحملها كل فرد لها أثر كبير فى تحديد نمط سلوكه •

وبناء على ما تقدم يمكن لقول انه دون الفهم الواعى لطبيعة شخصية الفرد فاننا لا نستطيع أن نفهم سلوكه فهما كاملا • ويستلزم هذا الفهم كذلك دراسة الظروف المختلفة التى تسهم فى احداث الاستجابات السلوكية فى المواقف المختلفة • فأنماط سلوك الفرد تتحدد من خلال التفاعل فيما بين مكونات الشخصية وبين الظروف الاجتماعية والطبيعية التى تتفاعل فى اطارها •

وفى ضوء ما تقدم يمكن أن نعرف الشخصية على النحو الآتى :

أولا : « الشخصية هى ذلك التنظيم الدينامیكى فى الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة فى التكيف مع البيئة » [٤] •

والمقصود بالتنظيم الدينامیكى أن تكوين الشخصية لا يكون ثابتا بل يتغير بمرور الزمن تحت المؤثرات المختلفة والظروف المحيطة • ويقصد بالاستعدادات النفسية والجسمية تلك العادات والاتجاهات والعواطف التى اكتسبها الفرد نتيجة لمروره بخبرات معينة • نخلص من ذلك أن الشخصية هى نتاج كل من العقل والجسم فى وحدة كلية متكاملة •

---

(٤) Allport, G .; **Personality : A Psychological Interpretation. New York ; Holt, 1937, p. 48.**

ويتميز هذا التعريف بما يأتى :

١ — أوضح أن الشخصية تنظيم أو تكوين ديناميكى عام • ويقصد بذلك أنه قابل للتغير ، وذلك نتيجة للتفاعل الدائم بين مختلف العوامل الشخصية والاجتماعية والثقافية •

٢ — يشير الى التكوينات الجزئية الجسمية النفسية • ويقصد بهذا أن الشخصية تكوين عام يندرج تحته تكوينات جزئية ، فى جميع ما يتميز به الفرد من عادات واتجاهات وانفعالات واستعدادات ومشاعر وقيم • ويشير التعريف كذلك الى أن التكوينات المختلفة هى مزيج من النواحى الجسمية والنفسية •

٣ — يشير التعريف الى أن الشخصية هى استعداد يحدداستجابة الفرد لمختلف المثيرات التى تحيط به ، والى أن أساليب التكيف خاصة بالفرد أى أنها تميزه عن غيره من الأفراد •

٤ — وأخيرا يشير التعريف الى أن تكيف الفرد مع بيئته ليس تكيفا سلبيا للعوامل البيئية المحيطة بالفرد ، ولكنه تكيف ايجابى فعال للبيئة الحقيقية ، كما أنه تكيف للبيئة كما يتخيلها الفرد أو يتصورها أو يتمناها •

ثانيا : يرى « كاتل » أن « الشخصية هى تلك التى تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وعلى ذلك فان هدف البحوث النفسية فى الشخصية هو تحديد قوانين تتعلق بما سوف يفعله الأفراد المختلفون فى جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة•• ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان سلوكا صريحا أو متخفيا » (٥) •

من الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعارض مع ضرورة التجريد والتجزئة اللذين يحدثان

---

(٥) Cattell, R.; **Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study.** New York : Mc. Graw - Hill, 1950, p. 302

فى الدراسة التجريبية العادية • انه مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغيرة فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الاطـار الأكبر للكائن الكلى الفعال •

ثالثا : الشخصية هى ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تبدو فى العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتى تميزه عن غيره من الأفراد تمييزا واضحا » [٦] •

ويعنى هذا التعريف أن مفهوم الشخصية يشمل دوافـع الفرد وانفعالاته وعواطفه وميـوله واهتماماته وسماته واتجـاهاته وآراءه ومعتقـداته ، كما يشـمل عاداته وقدراته العقليـة العامة والخاصة ومايتخذه من أهداف ومثل وقيم اجتماعية ، وتنظيم كل هذه الجوانب فى كل متكامل يتسم بالاتساق والانتظام •

رابعا : « الشخصية هى ذلك التنظيم التكاملى الديناميكى الذى يتميز به الفرد ، وتتكـون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكـونات الجسمية والنفسية بشقيها — العقلية والانفعالية — ومؤثرات البيئة المادية والاجتماعية » [٧] •

نخلص من هذا التعريف أن الشخصية تنقسم الى :

١ — مكونات جسمية •
٢ — مكونات معرفية « عقلية » •
٣ — مكونات مزاجية « انفعالية » •
٤ — مكونات بيئية « العواطف والاتجاهات والقيم » •

خامسا : يمكن أن نعرف الشخصية تعريفا اجرائيا فنقول :
« انها ذلك المفهوم أو ذلك الاصطلاح الذى يصف الفرد من حيث

---

(٦) مصطفى فهمى : **علم النفس الاكلينيكى** . القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧ ص ٥٦

(٧) عطية محمـود هنا وآخرون : **الشخصية والصحة النفسية** • القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ ، ص ٩

هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم ، التى نميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية » [٨] .

ويتميز هذا التعريف بتأكيده للنقاط الآتية :

١ — أنه يعتبر أن الشخصية مفهوم وليست شيئا ملموسا .

٢ — أنه يعتبر أن لفظ الشخصية يشير الى أساليب سلوكية وادراكية يرتبط بعضها بالبعض الآخر فى تنظيم معين يجعل منها كلا موحدا ، وأن هذا الكل شديد التعقيد .

٣ — أنه يعتبر أن ما يهمنا من الأساليب السلوكية عندما نتحدث عن الشخصية هو ما يتصل منها بالمواقف الاجتماعية على وجه الخصوص .

وهناك تعريفات أخرى تهتم بالوظيفة التنظيمية للشخصية .ومثل هذه التعاريف ترى أن الشخصية هى التنظيم أو النمط الذى يخلع على هذه الضروب الجزئية والمتباينة من سلوك الفرد ، أو أن التنظيم نتاج للشخصية التى هى قوة ايجابية فعالة فى الفرد . ان الشخصية هى ما يعطى تآلفا ونظاما لجميع الأشكال المختلفة من السلوك الذى يمارسه الفرد ، فالشخصية تتكون من الجهود التى يبذلها الفرد فى التوافق، وهى جهود متباينة وان كانت مميزة . وثمة تعريفات أخرى ترى الشخصية مرادفا للجوانب الفريدة أو الفردية من السلوك . وبهذا المعنى تصبح اصطلاحا يشير الى تلك الأشياء التى يتصف بها الفرد والتى تميزه وتفرق بينه وبين بقية الأشخاص . وأخيرا يعتبر الباحثون فى الشخصية أنها تمثل جوهر الانسان .. وترى هذه التعريفات أن الشخصية تشير الى ذلك الجانب من الفرد الذى يمثله أكثر من الجوانب الأخرى ، ليس لأنه الجانب الذى يفرق بينه وبين الأشخاص الآخرين فحسب ، ولكن لأنه هو ما يكون عليه الشخص فى حقيقته . ويتمثل هذا النوع من التعريف فيما يراه « ألبورت » من أن « الشخصية هى

---

(٨) محمد عماد الدين اسماعيل : **الشخصية والعلاج النفسى** ، القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣

ما يكون عليه الانسان فى حقيقته » [٩] • ومقتضى هذا أن الشخصية تتكــون فى نهاية الأمر من أكثر الأشــــياء تمثيلا وأعمقهــا تمييزا للشخص [١٠] •

بعد هذا العرض لوجهات نظر مختلفــة فى تعريف الشــخصية ومناقشتها ، نرى الاكتفاء بهذا القدر ، حيث سنناقش وجهات النظر المختلفة للشخصية باسهاب فى الفصل التالى •

* * *

● الشخصية السوية :

يتضح من المناقشة السابقة أن الشخصية مصطلح مجرد يرمز الى أنماط السلوك المميزة التى يتصرف بها الشخص بالنسبة لمواقف الحياة المختلفة • ويمكن القول أن « الشخصية السوية » ترمز الى طرق التصرف التى يتصرف بها الأفراد ليصبحوا سعداء وأصحاء [١١]•

واذا ما تساءلنا عن شكل الشخصية السوية ، أو كيف يتصرف الشخص السوى فى مواقف الحياة المختلفة ، نجد أنه من المتعــذر وصف الشخصية الصحية أو السوية بكليتها لأننا لا نستطيع أن نصف أية شخصية ككل • وأفضل ما يمكن عمله هو أن نصف عينة من سلوك الشخص وسماته ، فانا لا نعرف أى شخص بطريقة شاملة كلية ، لأننا لانلاحظ كل شىء يفعله الشخص • واذا ما حاولنا وصف شخصــية سوية فرضية ، ينبغى أن نقنع بأوصاف عامة لخواص الشخصية ذات القيمة •

وسنقدم فيما يلى أوصافا مختصرة للشخصية السوية •

أولا : قدم « مازلو » [١٢] نظرية فى الدوافع الانسانية تفترض

---

(٩) Allport, G., **Personality : A Psychological Interpretation.** New York : Holt, 1937, P. 48.

(١٠) فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** • القاهرة : الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٢٢

(١١) حسن الفقى ، وسيد خير الله (ترجمة) : **الشخصية بين الصحة والمرض** • القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢ ــ ٣

(١١) Maslow, A.; **Motivation and Personality** New York : Harper, 1954. 12.

أن الحاجات تنتظم فى تدرج من الأهمية أو القوة • فعندما تشبع الحاجات ذات القوة الكبرى أو الأولوية فان الحاجات التالية فى التدرج الهرمى تبرز وتلح فى طلب الاشباع هى الأخرى ، وعندما تشبع نكون قد صعدنا خطوة أخرى على سلم الدوافع • ونظام التدرج الهرمى للحاجات من أكثرها قوة الى أقلها قوة هو كما يلى : الحاجات البيولوجية كالجوع والعطش ، وحاجات الأمن ، ثم الحاجة الى الانتماء والحب ، وحاجات الاعتراف والتقدير ، وحاجات تقدير الذات ، ثم الحاجات المعرفية ، وأخيرا الحاجات الجمالية كالرغبة فى الجمال • ويلاحظ أن هذا التدرج الهرمى لا مكان فيه للحاجات المعادية للمجتمع والمحدثة للأذى • ان الانسان يمكن أن يصبح معاديا للمجتمع فقط عندما ينكر عليه هذا المجتمع اشباع حاجاته •

ويرى « مازلو » أنه كى ينمو علم النفس ويصبح أكثر اكتمالا وشمولا يصبح حتما على علماء النفس دراسة الذين حققوا امكاناتهم الى أقصى مداها ، بدلا من الاقتصار على دراسة حالات غير سوية • وهذا هو ما فعله مازلو •• فقد قام ببحث متعمق وشامل لجماعة من الأشخاص الذين حققوا ذواتهم • وهؤلاء أشخاص يندر وجودهم ، كما وجد مازلو عندما شرع فى الوصول الى مجموعته • وعثر على مفحوصين مناسبين ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، فى حين كان البعض الآخر لا يزال على قيد الحياة عند القيام بدراسته مثل روزفلت وآينشتين والبعض من أصدقائه ومعارفه • وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هى :

١ — أن لهم اتجاها واقعيا •

٢ — أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعى كما هم •

٣ — أنهم على قدر كبير من التلقائية •

٤ — أنهم يتمركزون حول المشكلات بدلا من أن يتمركزوا حول أنفسهم •

٥ — أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية •

٦ — أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى •

٧ — أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة •

٨ — لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة ، دون أن تكون بالضرورة ذات طابع دينى •

٩ — أنهم يتوحدون بالبشرية جمعاء •

١٠ — أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكنون لهم حبا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالي عميق دون أن تكون سطحية •

١١ — أن اتجاهاتهم وقيمهم ذات طابع ديمقراطي •

١٢ — أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة •

١٣ — أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفي وليست ذات طابع عدائى •

١٤ — أنهم يولعون أشد الولع بالخلق والابتكار •

١٥ — أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها •

ويبدو أن اسهام مازلو الفريد لوجهة نظر الكائن العضوى هو انشغاله بالأصحاء أو الأسوياء من الناس بدلا من المرضى أو غير الأسوياء •

ثانيا : أن الفرد يعبر عن شخصية صحية سوية عندما يكون قادرا على اشباع حاجاته عن طريق السلوك الذى يتفق مع كل من معايير المجتمع ومطالب ضميره • وهذا يعنى أنه لا يوجد تعريف معين للشخصية السوية ينطبق على كل المجتمعات وفى كل الأوقات ، ولكنه يوضح ما يجب أن يقوم به الشخص حتى يمكن الحكم عليه بأنه شخصية سوية ، وهو يعني :

١ — أنه يشعر بالاشباع ، والاشباع يؤدى الى حالة انفعالية تعرف بالسعادة أو الاكتفاء ، وتتفق معظم المراجع العلمية السلوكية على أنه بدون الاشباع لن تكون هناك شخصية صحية أو سوية • والشخص الذي يبدي عدم رضاء مستمرا لا يمكن أن يعتبر شخصية سوية •

٢ ـ أن الفرد لا بد أن يجد اشباعا بطريقة معينة • فهو لا يستطيع أن يتصرف عشوائيا ليؤمن اشباعاته • فلا بد أن يتصرف بطرق ووسائل تدخل فى اطار القانون والتقاليد والأخلاق السائدة فى مجتمعه • كما أن الشخصية السوية تعنى أن الضمير — الأخلاقيات والقيم التى اكتسبها الشخص من خلال عملية التطبيع الاجتماعى ـ يجب أن ينظر اليه بعين الاعتبار أثناء البحث عن الاشباع (١٣) •

ثالثا : يرى بعض علماء النفس ـ نخص منهم بالذكر « مازلو » و « فروم » — أن بعض الحاجات عالمية أو مستقلة عن الثقافة ، وأنه يجب على بنى الانسان أن تكون لديهم اشباعات معينة ما داموا انسانيين ، وألا يعملوا على مستوى الفعل المنعكس أو الغريزة ، والا فانهم يتجردون من الانسانية أو يصبحون غير أسوياء •

ويؤكد « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بالانتماء لأخيه الانسان ، وبالاحساس بالقدرة على الابداع والابتكار ، وأن يكون سيد الطبيعة وليس ضحية مستسلمة منصاعة ، وبالاحساس بالانتماء للجماعة والشعور بالأخوة لكل بنى الانسان ، وبالاحساس بالذاتية أى الشعور بالاستقلال الذاتى ، وأخيرا يحتاج الانسان الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية تعنى معنى واتجاها لحياته (١٤) •

ويدل رأى « فروم » على أنه اذا لم يحقق الانسان نوعا من الاشباع للحاجات التى ذكرها ـ بصرف النظر عن الثقافة أو المجتمع الذى يعيش فيه ـ فانه سيكون أقل انسانية ، ويصبح غير سوى •

ولقد كان « مازلو » واضحا بدرجة كبيرة ، حيث أكد أن الانسان يجب أن يشعر بتتابع الاشباع لحاجاته الأساسية قبل أن يستطيع

---

(١٣) حسن الفقى ، وسيد خير الله (ترجمة): **الشخصية بين الصحة والمرض** ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢٢ — ٢٣ •

(١٤) Fromm, E.; **The Sane Society.** New York : Rinehart, 1955, p.p. 30 - 66.

تطوير شخصيته . وما لم يجد الشخص اشباعا للأمن والحب والتقدير — بصرف النظر عن الزمان والمكان — فانه سيفشل فى تحقيق التطور الكامل [١٥] .

* * *

● **الشخصية السوية فى القرآن :**

لقد جاء فى القرآن الكريم وصف للشخصية الانسانية وسماتها العامة التى يتميز بها الانسان عن غيره من المخلوقات . وجاء فيه أيضا وصف لبعض الأنماط أو النماذج العامة للشخصية الانسانية التى تتميز ببعض الخصائص الرئيسية ، وهى أنماط عامة وشائعة نكاد نراها اليوم فى مجتمعنا ، وفى جميع المجتمعات الانسانية عامة . ونجد فى القرآن أيضا وصفا للشخصية السوية ، والشخصية غير السوية ، ووصفا للعوامل المكونة لكل من السواء وعدم السواء فى الشخصية .

ويشير القرآن أيضا الى الصراع بين الجانبين المادى والروحى فى الانسان .. ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى الذى وضعه الخالق سبحانه للانسان فى هذه الحياة . فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التناسق والتوازن ، فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة [١٦] . قال تعالى :

● **« يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » .**

(المنافقون : ٩)

● **« قد أفلح من تزكى . وذكر اسم ربه فصلى . بل تؤثرون الحياة الدنيا . والآخرة خير وأبقى » .** (الأعلى : ١٤ — ١٧)

---

(١٥) Maslow, A.; **Motivation and Personality.** New York: Harper, 1954, 12.

(١٦) محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** . القاهرة ، دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ١٩٩ — ٢٠٦ .

ولقـــد شاءت رحمة الله تعالى وحكمته أن يمد الانسان بكافــة الامكانات اللازمة لحل الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحى ، بأن وهبه العقل ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما أمده سبحانه بحرية الارادة والاختيار حتى يستطيع أن يبت فى أمر هذا الصراع • قال تعالى :

● « وهـــديناه النجدين » • (البلد : ١٠)

● « انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا » • (الانسان : ٣)

● « ونفس وما سواها • فألهمها فجورها وتقواها • قــد أفلح من زكاها • وقد خاب من دساها » • (الشمس : ٧ — ١٠)

● « قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن أبصر فلنفسه ، ومن عمى فعليها » • (الأنعام : ١٠٤)

● « وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر » • (الكهف : ٢٩)

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام للعبيـــد » • (فصلت : ٤٦)

● « كل نفس بما كسبت رهينة » • (المدثر : ٣٨)

واذا أخلص الانسان فى تقربه لله تعالى بالعبادات والأعمــال الصالحة ، وتحكم فى أهوائه وشهواته ، بما يحقق التوازن بين مطالبه البدنية والروحية ، فانه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمــال الانسانى ، وهى المرتبة التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » •

● « يا أيتها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية • فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • (الفجر : ٢٧ — ٣٠)

* * *

● **الخــلاصة :**

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — أصبح الانسان الآن فى حاجة ماسة الى فهم شخصيته ، نظرا لما بلغه من التقدم العلمى ، والفشل فى تنمية المهارات الملائمة فى المجالات الاجتماعية والعلاقات الانسانية • ويبدأ الانسان التفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته ببيئته لم تعد علاقة ودية ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه •• حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجة ملحة الى فهم ذاته •

وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية الانسانية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية •

٢ — هناك عدة تعاريف للشخصية منها :

(أ) أن الشخصية هى ذلك التنظيم الديناميكى فى الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة فى التكيف مع البيئة •

(ب) الشخصية هى تلك التى تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وأنها تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو مختفيا •

(جـ) الشخصية هى ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تبدو فى العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتى تميزه عن غيره من الأفراد تمييزا واضحا •

(د) الشخصية هى ذلك التنظيم التكاملى الديناميكى الذى يتميز به الفرد ، وتتكون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكونات الجسمية والنفسية ومؤثرات البيئة •

(هـ) الشخصية هى ذلك المفهوم الذى يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم التى تميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية •

٣ — يتعذر وصف الشخصية السوية فى كليتها ، وهناك نماذج نعطى بعض الأوصاف للشخصية السوية •• فقد قدم « مازلو » نظريته فى الدوافع الانسانية التى تفترض أن الحاجات تنتظم متدرجة حسب الأهمية والقوة ويحاول الفرد اشباعها ، كما قدم نموذجا للسمات المميزة للشخصية السوية • والنموذج الثانى يوضح ما يجب أن يكون عليه الشخص السوى من حيث شعوره بالاشباع وضرورة حصوله على وسيلة مناسبة للاشباع تتفق مع التقاليد والقيم السائدة فى المجتمع • ويرى « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بأخيه الانسان وبالجماعة التى ينتمى اليها وبقدرته على الخلق والابداع والاحساس بالذاتية وحاجته الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية •



الفصل الثاني

إطار نظري لدراسة الشخصية

● مـــدخل :

يمــكن تعريف النظرية بأنها وسيلة منطقيـــة لتنسيق البيـــانات التجريبية بطريقة منظمة ، وأنها خـــلاصة المبادىء والفروض البناءة للتفاعل الذى يستهدف ربط المثير والاستجابة الخاصة بالكائن الحي . وعلى هذا الأساس والمفهوم الشامل للنظرية يمــكن القول بأن لدينا نظريات للتعلم والادراك والدوافع ، الخ . ويتضمن تعبير « نظـــرية الشخصية » أو « أو اطار نظرى للشخصية » أن الشخصية هى حدث فى الطبيعة ، وظاهرة قابلة للملاحظة التى يمكن أن يتفق عليها الملاحظون الأكفاء . ولا يعنى هذا القول أن جميع الملاحظين يتفقون على أبعاد الشخصية ومتغيراتها أكثر مما يتفقون على المتغيرات المتضمنة والمكونات التى ينبغى أن يشتمل عليها الاطار النظرى . فانهم ـــ والحالة هذه ـــ يبدون اتفاقا معقولا بخصوص تعاريف اجرائية محددة للملاحظات ، مما يمكن تصنيفه تحت مفهوم « الشخصية » [1] .

ومن هنا يبدو من المعقول القول بأن الاطار النظرى للشخصية يجب أن يقدم لنا بعض المفاهيم الخاصة بالأحداث بأكملها ، بالاضافة الى الأجزاء المكونة لها أو العمليات التى تتضمنها . وعلى هذا الأساس يمكن أن نقول ان « نظريات الشخصية » تتكون من تلك النظريات التى تقدم لنا تكوينا منطقيا للشخصية بأكملها فى اطار حدود واضحة تميزها عن أى أحداث أخرى . ويعنى هذا أن كل شخصية فريدة فى الوقت

---

(1) Wolman, B. (ed) ; **Hanbook of Clinical Psychology.** New York : McGraw - Hill, 1965 . p.p. 277 - 280.

والمدى ، وأن لها منطقة من التفاعل مع البيئة محددة اجرائيا ، ونواة غير متغيرة نسبيا أو تتغير ببطء •

وينبغى أن تقدم لنا نظريات الشخصية قاعدة التفاعل القائم بين الفرد وبيئته • ففى مستوى الشخصية نعنى بتوضيح تأثير كل ما يحيط بالفرد فى اطار بيئته واستجاباته التى تعمل على تعديل البيئة ، وهنا تبرز أهمية نظريات التعلم والادراك • وتتعامل النظرية الجيدة للشخصية مع الاختلافات الداخلية للكائن الحى ، وتقدم لنا المبادىء التى تساعد على فهم التفاعل القائم فيما بين الجوانب المختلفة فى الشخصية • وقد استخدم علماء النفس عدة مفاهيم ومصطلحات كمعايير لتقويم نظريات الشخصية كالعادات والسمات والمجال وغيرها •

***

● وجهات النظر المختلفة فى دراسة الشخصية :

ان نظريات الشخصية — فى الواقع — هى نتاج القرن العشرين، الا أن جذورها تمتد من أغوار تاريخ الفكر الانسانى • ولقد بذلت محاولات لتجميع هذا الفكر فى مراجع عربية • ويصنف أحد هذه المراجع نظريات الشخصية فيما يأتى :

١ — نظرية الأنماط أو الطراز •
٢ — نظرية السمات •
٣ — نظرية العوامل •
٤ — نظرية التحليل النفسى •
٥ — نظرية المثير والاستجابة •
٦ — نظرية الذات •

كما يصنف أحد هذه المراجع نظريات الشخصية فى الآتى :

أولا — نظريات الأطر المرجعية ، وتتضمن :

١ — نظرية السمات والأنماط •
٢ — نظرية التعلم بالترابط •
٣ — النظرية الفينومينولوجية •

ثانيا — نظرية فرويد فى الشخصية •

ثالثا — نظريات الفروديون الجدد فى الشخصية •

وقد استفاد المؤلف الى أقصى حد من هذه المحاولات الهادفة ، بالاضافة الى المراجع الأخرى — التى سيرد ذكرها فى حينه — ثم خرج بالتصنيف الآتى لدراسة الشخصية على أساس المدارس الفكرية المختلفة :

١ — المدرسة الكلية •

٢ — المدرسة الكلية البيولوجية •

٣ — مدرسة التحليل النفسى (فرويد) •

٤ — الفرودويون المحدثون •

٥ — نظرية التعلم •

٦ — نظرية الذات •

وفيما يلى عرض لخلاصة هذه الآراء •

أولا — المدرسة الكلية :

يستخدم مصطلح « الكليـة » بمفهوم الجشطلت أو « الكليـة الجشطلتية » • وهى تعنى بصفة عامة أن دراسة الأجزاء أو المكونات لا تشرح الكل أو الشيء بأكمله ، لأن الكل شيء مختلف عن مجرد تجميع أجزائه • ولقد استخدمت فـكرة الكلية على مدى واسع فى دراسة الانسان ، فهناك علوم كثيرة ترتبط بالانسان ولكن ليس هناك علم بذاته للانسان • فعلم وظائف الأعضاء وعلم النفس وعلم الاجتماع يدرس كل منها جانبا معينا من جوانب الحياة الانسانية ، ولكن لا يوجد فى الوقت الحاضر علم واحد لدراسة الانسان بطريقة كلية • ومن وجهـة النظر الكلية فان الانسان أكثر من مجرد تجميع لعدة وظائف فسيولوجية وسيكلوجية واجتماعية ، فالشخص بأكمله له خواص وصفات ليس من الميسور شرحها من مجرد فهم خواص الأجزاء المكونة له ، ومن رواد هذه المدرسة الفكرية « ليفين » و « ألبورت » و « كاتل » •

ويعتبر « ليفين » من أكثر الشخصيات نبوغا فى عـلم النفس المعاصر • ويمثل ليفين بصفة خاصة تطبيق نظرية المجال فى جميع فروع

علم النفس وخاصة « علم النفس الجشطلتى » . والفكرة الأساسية فى علم النفس الجشطلتى هى « أن الطريقة التى يتم بها ادراك موضوع ما يحددها السياق أو الصياغة الكلية التى يوجد فيها الموضـــوع . ويمكن تلخيص السمات الأساسية لنظرية المجال عند ليفين فى النقاط الآتية[٢] :

١ — السلوك هو وظيفة المجال الموجود فى الوقت الذى يحدث فيه السلوك .

٢ — يبدأ التحليل بالموقف ككل ، ومن الموقف الكلى تتمـــايز الأجزاء المكونة له .

٣ — يمكن تمثيل الشخص الفعلى والموقف الفعلى رياضيا .

ويؤكد ليفين كذلك أهمية القوى التى تسهم فى تحديد السلوك ، ويعرب عن تفضيله للوصف السيكلوجى للمجال على الوصف الفيزيائى . ويعرف المجال بأنه « جماع الوقائع الموجودة معا والتى تدرك على أنها تعتمد بعضها على البعض الآخر .

نادى « ألبورت » [٣] بنظرية « السمات » وعرف « السمة » بأنها « نظام عصبى مركزى عام — خاص بالفرد — يعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية من السلوك التكيفى والتعبيرى » . فكأن السمة استعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتحدد نوعه وكيفيته .

والفكرة البارزة التى تتضمنها نظرية السمات عموما هى محـــاولة تفسير السلوك الظاهرى ، عن طريق افتراض وجود « استعدادات » معينة عند الكائن الحى ، وهذه الاستعدادات هى المسئولة كذلك عن الثبات الذى نلاحظه ظاهريا على سلوك الفرد .

فنظرية السمات اذن تتضمن فكرتين أساسيتين : الأولى هى فكرة وجود استعداد مستقل عن الظروف الخارجية ، والثانية هى فكرةالثبات

---

(٢) Lewin, K.; **Field Theory in Social Science.** New York : Harper, 1951. p. 240 .

(٣) Allport, G.; **Personality : A Psychological Interpretation.** New York : Holt, 1937, p. 295.

فى السلوك الفردى • والفكرتان مرتبطتان بعضهما بالبعض الآخــر ارتباطا كبيرا •

والى جانب ذلك ، يرى « ألبورت » أن السمات تنتظم فيمابينها، بحيث يمكن ترتيبها فى مدرج هرمى تسوده اما سمة واحدة « رئيسية» (Cardial) أو عدة سمات « مركزية » (Central) ويلى ذلك مجموعة من السمات « الثانوية » (Secondary) فهناك من الأفراد مثلا من يبرز عن غيره لأن سمة معينة « رئيسية » تسيطر على سلوكه ، ويصبح مثــل هؤلاء الناس « نموذجا » نصف الآخرين بالاشارة اليه • والقليل من الأفراد هم الذين تسيطر على سلوكهم سمة واحدة كبرى ، فى حين أن الكثيرين تسيطر على تشكيل سلوكهم مجموعة من السمات • هذا الى جانب أن كل فرد يتمتع بسمات « ثانوية » أو صغرى تثيرها مجموعة من المثيرات ضيقة الحيز ، وتنتج عن اثارتها مجموعــة ضيقة الحيز من الاستجابات المتكافئة ، ويميل « ألبورت » الى أن يسمى هذه السمات الثانوية « بالاتجاهات » (٤) •

وتتميز نظرية « السمات » بأنها تسمح بالقياس والتجريب كما تسمح بالملاحظة والوصف ، اذ تعبر كل سمة عن بعد ، ويمكن قياس هذا البعد واعطاؤه درجات مختلفة • وعلى هذا الأساس يمكن قياس الشخصية على عدد من المقاييس والأبعاد ، مما يساعد فى النهاية على وضع « تخطيط نفسى » (بروفيل) للشخصية (٥) •

* * *

● **كاتل « Cattell »** :

كان التحليل العاملى لديه بمثابة الأداة المعاونة التى يستخدمها لالقاء الضوء على مختلف المشكلات • وتمثل نظريته أكثر المحاولات

---

(٤) Allport, G.; **Becoming : Basic Considerations For a Science of Personality.** New Haven, Conn. : Yale Univ. Press, 1955 .

(٥) Allport, G.; **Patterns and Growth of Personality.** New York, Holt, 1961.

شمولا لجمع وتنظيم النتــائج الرئيسية لدراسات التحليل العــاملى المدققة للشخصية • وهو يبدى أيضا اهتماما كبيرا بالنتائج التى توصل اليها الباحثون الذين استخدموا طرقا مختلفة فى الدراسة ، على الرغم من أن موقفه يتركز حول نتائج التحليــل العاملى ، حيث يستخلص المتغيرات التى يعتبرها أكثر أهمية فى تفسير السلوك الانسانى • وهو يماثل « ألبورت » من حيث موقفه الذى يعتبر بمثابة « نظرية سمات » وقد طور عددا من الأدوات الخاصة بقياس الشخصية ، وكان لديه الكثير من الآراء الخاصــة بنقــد وتقويم المقــاييس المستخدمــة للشخصية [٦] •

ويرى « كاتل » أن الشخصية « هى تلك التى تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين • وعلى ذلك فان هدف البحوث النفسية فى الشخصية هو تحديد قوانين تتعلق بما سوف يفعلهالأفراد المختلفون فى جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة •• ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو متخفيا » [٧]•

ومن الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعــارض مع ضرورة التجريد والتجــزئة اللذين يحدثان فى الدراسة التجريبية العادية • فهو مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغيرة فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الاطار الكامل للكائن الحى الفعال •

ويتفق « كاتل » مع « ألبورت » فى اعتبار أن هناك « ســمات مشتركة » يتسم بها الأفراد جميعا ، أو على الأقل جميع الأفراد الذين يشتركون فى خبرات اجتماعية معينة • وبالاضافة الى ذلك ، فهــو يوافق على أن هناك « سمات فريدة » لا تتوافر الا عند فرد معين ، ولا يمكن أن توجد لدى أى شخص آخر على هذه الصــورة تماما •

---

(٦) فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٥٠٨ — ٥٠٩ •.

(٧) Cattell, R.; **Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study.** New York : Mc Graw - Hill, 1950, p. 302.

وبمضى خطوة أبعد فيقترح تقسيم السمات الفريدة الى سمات « فريدة نسبيا » وسمات « فريدة جوهريا » ، بحيث تستمد الأولى تفردها من فروق طفيفة فى ترتيب العناصر التي تكون السمة ، فى حين يتسم الفرد فى الأخيرة بسمة مختلفة أصـــلا ولا يتسم بها أى شـــخص آخر [٨] .

ومن النقاط الرئيســـية فى وجهة نظـــر « كاتل » تمييزه بـــين « سمات السطح » (Surface Traits) التى تمثل تجمعات من المتغيرات الواضحة أو الظاهرة التى تبدو متلازمة ، وبين « سمات المصـــدر » (Source Traits) التى تمثل المتغيرات الكامنة التى تتدخل فى تحديد مظـــاهر السطح المتعددة . وتعد الســـمات السطحية نتيجة للتفاعل بين سمات المصدر . ومن الواضح أن أى سمة مفردة قد تمثل نتاج فعل العوامل البيئية أو العوامل الورانية أو مزيج منهما معا . ويرى كاتل أنه بالاضافة الى أن سمات السطح ينبغى أن تمثل نتاج تلك العوامل المختلطة ، فانه يبدو ممكنا على الأقل أن تقسم سمات المصدر الى تلك العوامل التى تعكس ظروفا بيئية وتلك التى تعكس الوراثة أو العوامل التكوينية . وتسمى الســـمات التى تنتج عن فعـــل الظروف البيئية « بالسمات البيئية التشكيل » ، أما تلك التى تعكس العوامل الوراثية فتسمى « بالسمات التكوينية » [٩] .

ويؤكد « كاتل » من خلال البحوث التى قام بها أنه قد تم تحديد ١٤ أو ١٥ سمة مصدر ببعض الدرجة من الثقة ، ولكن ٦ سمات منها فقط قد تكرر تأكيدها وعدم قابليتها للخطأ ، وكانت تلك السمات هى : المزاج شـــبه الدورى (Cyclothymia) مقابل المزاج شـــبه الفصامى (Schizothmia) والقدرة العقلية العـــامة مقابل الضعف العقلى ،

---

(٨) فرج احمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٥١٢ .

(٩) Cattell, R.; **Personality : A Systematic , Theoretical. and Factual Study** . New York : McGraw. Hill, 1950, p.p. 33 - 34 .

والاندفاع الصاخب (Syrgency) **مقابل التردد** القلق (Gesurgency) والمزاج شبه **الدورى** المخاطر (Adventurous Cyclothymia) مقابل الفصام المنزوى ، والعقل المطيع المتحضر مقابل الطبع الخشن ، وعدم الاكتراث البوهيمى مقابل الاستعمالية التقليدية[١٠] .

ويقدم « كاتل » بالاضافة الى سمات المصدر التى يستنبطها من مصادر سجل الحياة ، قوائم للمقارنة تتضمن السمات المستخلصة من نتائج التقديرات الذاتية والاختبارات الموضوعية . وتعطى قوائم السمات هذه أرقاما رمزية تسمح بالمقارنة الفورية مع السمات المستخرجة من المصادر الأخرى . وقد تمكن « كاتل » نتيجة لبحوثه من تقديم عدد من الاختبارات الموضوعية للشخصية لقياس سمات المصدر الرئيسية[١١] .

* * *

ثانيا — المدرسة الكلية البيولوجية (العضوية) :

منذ قسم « ديكارت » فى القرن السابع عشر الشخص الى كيانين منفصلين وان كانا متفاعلين ، هما الجسم والعقل ، ومنذ امتثل « فونت » فى القرن التاسع عشر لتقاليد هذا التقسيم ، ففتت العقل وأرجعه الى جزئيات أولية من الأحاسيس والمشاعر والصور ، منذ ذلك الوقت والمحاولات تبذل من آن لآخر للجمع بين الجسم والعقل معا مرة أخرى ، ومعاملة الكائن ككل منتظم موحد . ومن بين المحاولات الجديرة بالذكر والتى جذبت أتباعا كثيرين فى السنوات الأخيرة وجهة النظر المعروفة « النظرية العضوية » (Organismic) أو « الكلية » (Holistic) . وقد عبرت هذه النظرة عن نفسها فى البيولوجيا

---

(١٠) Cattell, R.; Ibid., p. 57.

(١١) Cattell, R.; « The Principal Replicated Factors Discovered on Objective Personality Tests » . J. Abuor. Soc . Psychol.,.. 1955, p. 50, 291 - 314.

النفسية (Roychobiology) وفى الاتجاه الطبى الحديث المسمى بالاتجاه « السيكوسوماتى » •

ويمكن أن نلخص السمات الرئيسية للنظرية العضوية من حيث صلتها بسيكلوجية الشخصية فيما يلى (١٢) :

١ — تؤكد النظرية العضوية وحدة الشخصية السوية وتكاملها وثباتها وتماسكها • ان التنظيم هو الحالة الطبيعية للكائن العضوى ، أما اختلال هذا التنظيم فشىء مرضى وعادة ما تؤدى اليه بيئة قاسية أو مهددة •

٢ — تبدأ النظرية العضوية بالكائن العضوى كنسق منظم ، ومنه تشرع فى تحليله بايجاد الأجزاء التى تتمايز داخل الكل والتى يتكون منها هذا الكل • ولا يحدث أن ينتزع جزء من هذه الأجزاء من الكل الذى ينتمى اليه ويدرس ككيان منفصل ؛ بل ينظر اليه دائما من حيث خاصيته كعضو فى الكيان العضوى الكلى • ويؤمن أصحاب النظرية العضوية باستحالة فهم الكل عن طريق دراسة أجزاء وقطاعات منفصلة ، اذ أن الكل يؤدى وظائفه وفقا لقوانين لا يمكن استخلاصها من الأجزاء •

٣ — تفترض النظرية العضوية أن الفرد يحركه دافع واحد رئيسى وليس مجموعة من الدوافع • ويطلق « جولدشتين » على هذه القوة الدافعة الرئيسية ، اسم « تحقيق الذات » (self - Realization, Self - actualigation) ويعنى بها أن الانسان يحاول دائما تحقيق امكانياته الأصيلة أو الكامنة بكل ما يحتاج اليه من وسائل ، وهذا ما يحدد لحياة الانسان اتجاهها ويمنحها وحدتها •

٤ — على الرغم من أن النظرية العضوية لا تنظر الى الفرد باعتباره نظاما مغلقا ، فانها تميل الى التقليل من التأثير الأولى والتوجيهى

---

(١٢) فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٣٩١ — ٣٩٢ •

للبيئة الخارجية على التطور السوي ، والى تأكيد الامكانيات الكامنة — أو الداخلية — عند الكائن العضوى لاستمرار النمو والتطور • ان الكائن العضوى يختار من البيئة تلك السمات التى سيستجيب لها ، ولا تستطيع البيئة — الا فى ظروف نادرة وغير عادية — أن تفرض على الشخص سلوكا يتنافى مع طبيعته • واذا لم يستطع الكائن العضوى أن يتحكم فى البيئة ، فانه يحاول أن يتكيف معها • وبصفة عامة ترى النظرية العضوية أنه اذا أتيحت لامكانيات الكائن العضوى الفرصة لتتفتح بطريقة منظمة ، بفضل بيئة ملائمة ، فان ذلك سوف يؤدى الى ظهور شخصية سوية متكاملة ، وان كان فى مقدور قوى البيئة الخبيثة أن تدمر الشخص أو تسبب قصوره وانحرافه فى أية لحظة • وليس ثمة ماهو « خبيث » فى داخل الفرد ، وانما هو يصبح خبيثا بسبب بيئة غير صالحة • وفى هذا الصدد تتفق النظرية العضوية فى الكثير مع آراء الفيلسوف الفرنسي جان جاك روسو ، الذى كان يعتقد أن الانسان الطبيعي خير ، الا أنه كثيرا ما يصبح منحرفا بسبب بيئة لا تتيح للانسان الفرصة ليسلك وينمو بما يتفق وطبيعته •

٥ — ترى النظرية العضوية أن هناك الكثير الذى يمكن تعلمه عن طريق الدراسة الشاملة لشخص واحد ، بالقياس الى الدراسة الممتدة لوظيفة سيكلوجية منفصلة تستخلص من عدد كبير من الأفراد • ولهذا السبب نجد أن النظرية العضوية غالبا ما تكون أكثر انتشارا بين الاخصائيين النفسيين الاكلينيكيين الذين يهتمون بالشكل ككل ، بالمقارنة بالاخصائيين النفسيين التجريبيين الذين يهتمون أساسا بعمليات أو وظائف منفصلة كالادراك أو التفكير أو التذكر أو التعلم •

ومن أبرز أنصار النظرية العضوية « جولدشتين » أخصائى الأعصاب والطب النفسى الألمانى • ولقد كان لملاحظاته ودراساته للجنود المصابين باصابات مخية فى أثناء الحرب العالمية الأولى أكبر الأثر فيما وصل اليه من نتائج مؤداها أن أى عرض خاص يظهر على المريض لا يمكن فهمه بوصفه مجرد نتيجة اصابة عضوية معينة أو مرض ، بل يجب النظر اليه بوصفه تعبيرا عن الكائن بأكمله • فالكائن العضوى

يسلك دائما ككل موحد ، وليس مجرد أجزاء متمايزة • ان العقـل والجسم ليسا كيانين منفصلين ، كما أن العقل لا يتكون من ملكات أو عناصر مستقلة ، وكذلك الجسم لا يتكون من أعضاء وعمليات مستقلة ان الكائن العضوى وحدة متكاملة وما يحدث للجزء يؤثر فى الكل • فالأخصائى النفسى يدرس الكائن العضوى من منظور واحد ، وأخصائى وظائف الأعضاء يدرسه من منظور آخر ، الا أن كلا الفرعين من فروع العلم عليهما أن يتعاونا داخل اطار النظرية العضوية ، لأن أية واقعة سواء أكانت نفسية أو عضوية تقع داخل نطاق الكائن العضوى الكلى ، الا اذا عزلت عزلا مصطنعا عن هذا السياق • ان قوانين الكل تحـكم أداء هذه الأجزاء المتمايزة من الكل لوظائفها •

والتنظيم الأولى لوظائف الكائن العضوى — كما يراه جولدشتين — يتكون من الشكل والأرضية • فالشكل هو أى عملية تبرز وتتمايز خارجة على أرضية بما يشغل مركز الوعى الانتباهى • فمثلا ، عندما ينظر شخص الى شىء ما بالحجرة ، يصبح ادراك هذا الشىء هو الشكل فى مقابل أرضية هى بقية الحجرة • ومن حيث العمل ، فالشكل هو النشاط المستمر للكائن العضوى • فعندما ينشغل الفرد بقراءة كتاب ، تصبح القـراءة هى الشـكل الذى يبرز متميزا عن غيره من ضروب النشاط الأخرى ، كعبث الشخص بشعره أو سماعه لطنين الأصوات المنبعثة من حجرة أخرى • ان الشكل يتميز بحدود محددة أو محيط يفصله عما حـوله • أما الأرضـية فمستمرة ، انها أشـبه بالسـجادة يوضع فوقها شىء ما أو السماء ترى على صفحتها طائرة •

وعندما نتساءل : ما الذى يجعل الشكل يبرز من الأرضية الكلية للكائن العضوى نجد أن الذى يحدده هو العمل الذى تقتضيه طبيعة الكائن العضوى فى هذا الوقت • فمثلا عندما يكون العمل الذى يواجه الكائن العضوى الجائع هو الحصول على الطعام ، فان أى عمليـة تساعد للحصول على الطعام ترتفع الى مستوى الشكل • وقد تكون هذه العملية تذكر المكان الموجود فيه الطعام أو أى نشاط يؤدى الى الحصول على الطعام • ولكن لو أن الكائن العضوى تغير ، كأن يصبح

الشخص الجائع خائفا مثلا ، فان عملية جديدة تظهر كشكل يتناسب مع متطلبات مواجهة الخوف • ومن هنا تظهر أشكال جديدة بتغير متطلبات الكائن العضوى وأعبائه •

ان المفاهيم الدينامية الأساسية التى قدمها جولدشتين هى[١٣] :

١ — عملية التعادل (Equalization) أو مركزة الكائن الحى •

٢ — تحقيق الذات (Self - Actualization)

٣ — الالتقاء بالبيئة أو الاتفاق معها (Coming to Terms)

التعادل : يفترض جولدشتين وجود قدر من الطاقة الثابتة نسبيا يميل الى التوزيع بالتساوى داخل الكائن الحى • وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوى يمثل الحالة « المتوسطة » للتوتر داخل الكائن ، والى هذه الحالة المتوسطة يعود الكائن الحى دائما أو يحاول العودة عقب التنبيه الذى يغير من التوتر • وهذه العودة الى الحالة «المتوسطة» هى عملية التعادل • ومن أمثلة التعادل تناول الطعام عند الجوع ، والراحة عند التعب ، واسترخاء أعضاء الجسم عندما تتقاص • ان هدف الشخص السوى ليس تفريغ التوتر وانما معادلته ، ويمثل المستوى الذى يصبح التوتر عنده متساويا « تمركز » الكائن الحى • وهذا التمركز يمكن الكائن الحى من أداء عمله بأكبر كفاءة فى مواجهة البيئة وفى تحقيق ذاته فى أنشطة تالية على حسب طبيعته • ويوضح مبدأ التعادل ثبات السلوك وانتظامه بالرغم من المنبهات المثيرة للاضطراب • ولا يعتقد جولدشتين أن مصادر الاضطراب هى أساسا من داخل الكائن العضوى ، الا فى ظروف شاذة وعصبية من شأنها أن تؤدى الى العزلة والصراع الداخلى • أما فى البيئة المناسبة فان الكائن العضوى يستطيع دائما أن يظل متوازنا الى حد معقول • واعادة توزيع الطاقة وانعدام التوازن فى النظام ينتج من تدخل البيئة ، وأحيانا من صراع داخلى • ونتيجة

---

(١٣) Goldstein, K.; The Organism. New York: American Book, 1939 .

للنضج والخبرة تنمو لدى الشخص طرق مفضلة فى السلوك توقف التدخلات والصراعات عند أدنى حد ممكن ، وتبقى على توازن الكائن العضوى ، فتصبح حياة الفرد أكثر تمركزا وأقــل تعرضا للتغيرات العارضة فى العالم الخارجى والداخلى ، مع تقدمه فى السن •

تحقيق الذات : هذا هو الدافع الرئيسى الوحيــد لدى الكائن العضوى ، من وجهة نظر جولدشتين • أما ما يبدو أنه محركات أو مثيرات مختلفة كالجوع والجنس والقوة والانجاز والميل الى الاستطلاع فليست سوى مظاهر لغرض أسمى للحياة ، وهو تحقيق المرء لذاته • فعندما يتطلع المرء الى القوة فانه يحقق ذاته بامتلاك القوة ، ويحتل اشباع أية حاجة نوعية المقام الأول عندما تكون شرطا لتحقيق الذات للكائن العضــوى بأكمله • فتحقيق الذات هو الاتجاه الخــلاق فى الطبيعة الانسانيه ، انه المبدأ العضوى الذى به يصبح نمو الكائن الحى أكثر تحققا واكتمالا •• فالشخص الجاهل الذى يرغب فى المعرفــة يحس بفراغ داخلى ، ويلازمه احساس داخلى بعدم الاكتمال • وعن طريق القراءة والدراسة والاطلاع تتحقق رغبته فى المعرفة ويختفى الشعور بالفراغ • فلقد خلق شخص جديد ، حلت المعرفة لديه محل الجهل • فلقد أصبحت رغبته حقيقة • وأى حاجة هى حالة نقص أو افتقار تدرك الشخص الى التخلص من هذا النقص • وهذا التخلص أو الاشباع للحاجة هو المقصود بتحقيق الذات •

الالتقاء بالبيئة والاتفاق معها : على الرغم من أن جــولدشتين صاحب نظرية عضوية يؤكد المحــددات الداخلية للسلوك ومبــدأ أن الكائن العضوى يجد البيئة التى هى أكثر ملاءمة لتحقيق ذاته ، فانه لا يأخذ المبدأ المتطرف الذى يرى الكائن العضوى محصنا ضد ما يدور فى العالم من أحداث • فهو يعترف بأهمية العالم الموضوعى كمصدر للاضطراب الذى يجب على الفرد مواجهته ، وكمصدر للاحتياجات التى يحقق من خلالها الكائن العضوى غايته وأهدافه فى ذات الوقت • أى أن هناك تفاعل بين الكائن العضوى والبيئة •

وعلى الكائن الحى أن يعمل على التوافق مع البيئة لسببين ، فهى

تمده بالوسائل التى تمكنه من تحقيق ذاته ، كما أنها تحتوى على العوائق والعقبات فى شكل تهديدات وضغوط تعوق تحقيق الذات . وقد يكون تهديد البيئة أحيانا من الشدة بحيث يتجمد سلوك الشخص ويصبح عاجزا عن احراز أى تقدم نحو الهدف .

ويذكر جولدشتين أن الشخص السوى المتكامل هو ذلك الذى ينشط لديه الميل الى تحقيق الذات من الداخل ويتغلب على الاضطراب الناشىء من الاصطدام بالعالم ، ليس تجنبا للقلق بل استمتاعا بهذا الانتصار . ان هذا القول يوحى بأن التوافق مع البيئة يقوم أساسا على السيطرة عليها . واذا لم يكن ذلك ممكنا فان على الشخص تقبل الصعوبات وأن يكيف نفسه بقدر ما يمكن لحقائق العالم الخارجى الواقعية . فاذا كان التناقض بين أهداف الكائن العضوى وحقائق البيئة كبيرا للغاية فاما أن ينهار الكائن العضوى أو يتنازل عن بعض من أهدافه أو يعدلها محاولا تحقيق ذاته على مستوى أدنى .

وتتلخص استراتيجية جولدشتين فى التوجيهات التالية للباحث الذى يرغب فى القيام ببحث على طريقة النظرية العضوية (١٤) :

١ — ادرس الشخص بأكمله .

٢ — قم بدراسات متعمقة للحالات الفردية باستخدام الاختبارات والملاحظة والاستبصارات فى ظروف طبيعية ، ولا تعتمد على نوع واحد من الأدلة .

٣ — حاول أن تفهم سلوك الشخص فى اطار من مبادىء مثل تحقيق الذات ، والتوافق مع البيئة ، وليس بوصفها استجابات نوعية لمنبهات نوعية .

٤ — استخدم المناهج الكمية والكيفية معا فى جمع المادة وتحليلها .

٥ — لا تستخدم الضوابط التجريبية والظروف المقننة التى تدمر تكامل الكائن العضوى وتجعل السلوك مصطنعا وغير طبيعى .

---

(١٤) Goldstein, K.; **Human Nature in the Light of Psychotherapy** . Cambridge, Mass. : Harvard Vniv. Press, 1940.

٦ — ليكن واضحا فى الذهن دائما أن الكائن العضوى بناء مركب وأن سلوكه نتاج شبكة متسعة من المجتمعات •

* * *

● **مــازلو** « Maslow »

يعتقد مازلو بضرورة الايمان القوى بأن للانسان طبيعة جوهرية خاصة به ، له هيكل من البناء السيكلوجى يمكن تناوله ومناقشته بصورة مماثلة لتناولنا لبنائه الفيزيقى • ان له حاجات وقــدرات وميولا لهــا أساسها التكوينى ، بعضــها يميز الجنس البشرى بأسره ، والبعض الآخر خاص بكل فرد على حدة ومقصور عليه وحده ، وهذه الحاجات اما خيرة أو محايدة ولكنها ليست شريرة • ويتضمن ذلك تصورنا أن النمو الكامل السوى المنشود يقوم على تحقيق هذه الطبيعة واشباع هذه الحاجات وفى النمو فى اتجاه النضج ، فى الاتجاه الذى تحدده هذه الطبيعة الجوهرية الخفية والتى تبدو بغير وضوح والتى تنمو من الداخل • وهذه الطبيعة الداخلية ليست قوية منزهة عن الخطأ ، بل انها ضعيفة هشة بحيث يسهل على العادات والضغط الثقافى والاتجاهات الخاطئة أن تقهرها • ولكن بالرغم من ضعفها فانهــا لا تختفى لدى الشخص السوى ، وربما حتى لدى الشخص العصــابى ، انها تبقى كامنة وان أنكرها صاحبها • ويقدم مازلو فى هذا المجال عــددا من الفروض الهامة المتعلقة بالطبيعة الانسانية •• ان للانسان طبيعة فطرية خيرة فى جوهرها ، ولا تكون شريرة على الاطلاق • وهذا تصــور ذهنى جديد ، اذ أن الكثيرين من أصحاب النظريات يفترضون أن الغرائز شريرة ، وأنه يجب ترويضها بالتدريب والتنشئة الاجتماعية [١٥] •

ويعتقد مازلو أنه اذا اقتصرت دراسة الأخصائيين النفسيين على العجزة والعصابيين ومختلفى النمو ، فانهم بالضرورة سيقدمون علما عاجزا • ولكى يمكن نمو علم انسانى أكثر اكتمالا وشمولا يتحتم على علماء النفس دراسة الذين حققوا امكانياتهم الى أقصى مداها • وهذا ما فعله مازلو ، فقد قام ببحث شامل عميق لجماعة من الأشخاص حققوا

---

(١٥) Maslow, A.; **Motivation and Personality.** New York: Harper. 1954, p.p. 340 - 341 .

ذواتهم ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، بينما كان البعض الآخر لازال على قيد الحياة وقت الدراسة كروزفلت وآينشتين وغيرهم • وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هى :

١ — أن لهم اتجاها واقعيا •

٢ — أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعى كما هم •

٣ — أنهم على قدر كبير من التلقائية •

٤ — أنهم يتمركزون حول المشاكل بدلا من أن يتمركزوا حول أنفسهم •

٥ — أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية •

٦ — أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى والاستقلال عن الآخرين•

٧ — أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة •

٨ — لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة دون أن تكون بالضرورة ذات طابع دينى •

٩ — أنهم يتوحدون بالبشرية كلها •

١٠ — أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكنون لهم حبا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالى عميق دون أن تكون سطحية •

١١ — أن اتجاهاتهم وقيمهم ديمقراطية •

١٢ — أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة •

١٣ — أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفى وليست ذات طابع عدائى •

١٤ — أنهم مولعون الى حد كبير بالخلق والابتكار •

١٥ — أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها [١٦] •

---

(١٦) Maslow, A.; **Toward a Psychology of Being** . Princeton, N. J. : Van Nostrand, 1962 .

لقد اختلف مازلو عمن سبقه بدراسة الأصحاء من الناس بدلا من المرضى • فقد اهتم جولدشتين بوصفه اخصائيا فى الطب النفسى بالتعامل مع العجزة والمضطربين وان كانت نظريته تتضمن الكائن العضوى بأسره • وتنطبق على المريض كما تنطبق على السليم ، وقد اختار مازلو الطريق المباشر فدرس الأصحاء من الناس الذين تتجلى وحدة شخصياتهم وتكاملها بوضوح أكثر ، وهؤلاء الذين درسهم مازلو بوصفهم أشخاصا حققوا ذواتهم هم النموذج الذى تتجسد فيه النظرية العضوية (١٧) •

* * *

ثالثا — مدرسة التحليل النفسى :

ان نظرية التحليل النفسى لا تقنع بوصف ظواهر الشخصية على النحو الذى فعلته النظريات الأخرى ، بل هى تفسرها على أساس من التفاعل والصراع بين قوى معينة • فالشكل النهائى للتنظيم السلوكى المميز لفرد ما — أى التكوين الحالى لشخصيته — هو نتاج لتفاعل أو صراع بين عوامل غريزية من ناحية ، وعوامل اجتماعية من ناحية أخرى • ويتضمن هذا عند « فرويد » (١٨) وغيره من التحليليين الأولين ، وجود طاقة جنسية موروثة عند الفرد ، تدخل فى صراع محتوم مع المجتمع الذى يعيش فيه ، وتصطدم بالقوة التى يفرضها ذلك المجتمع •

ولابد لكى نبين ديناميات هذا الصراع وعلاقته بتكوين الشخصية أن نفهم أمورا أربعة تضمنتها نظرية التحليل النفسى :

١ — أما الأمر الأول ، فهو أن الطاقة الغريزية الموروثة تتطور وتنمو فى اتجاه مرسوم محدد بالنسبة لموضوع الاشباع ، وكذلك بالنسبة للمناطق الجسمية التى تتركز فيها هذه الطاقة • وعلى أساس

---

(١٧) فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٤٢٦ •

(١٨) Jones, E.; **The Life and Works of Sigmund Freud.** New York : Basic Books, 1957.

المرحلة التى يمر بها الطفل من هـذا التطور ، يتوقف الى حد كبير المعنى النفسى للأحداث الخارجية التى تحدث له ، وبالتالى ما تثيره عنده انفعالات وما تبعثه فيه من أوهام •

٢ — والأمر الثانى الذى تتضمنه نظرية التحليل النفسى هو أن علاقة الفرد ببيئته علاقة ديناميكية ، بمعنى أن الآثار التى تلحق به فى أثناء تفاعله مع المجتمع الخارجي تؤثر فى شكل سلوكه مستقبلا •

٣ — والأمر الثالث ، هو أن الصراع لا يقتصر على الفرد فى علاقته بالبيئة الخارجية ، بل ان الصراع الأهم هو ذلك الذى يحدث مستقبلا بين الفرد ونفسه • ويتضمن هذا وجود قوى نفسية مختلفة ، أو أجهزة نفسية ، يدخل كل منها طرفا من أطراف ذلك الصراع •

٤ — والأمر الرابع هو أن الصراع الذى يحدث ، سواء بين الفرد وبيئته أو بين الفرد ونفسه ، انما يسير وفقا لمبادىء أو قوانين ، هى التى تحدده وتحدد شكل النتائج التى يمكن أن يتمخض عنها •

ولا تكتمل نظرية التحليل النفسى لنمو الشخصية الا اذا تناولنا الشخصية من الناحية الطوبوغرافية ، الى جانب الناحية الديناميكية والناحية التكوينية أو التطورية • فالفرد ، وهـو الكائن البيولوجى الذى يدخل فى صراع مع البيئة باعتباره طاقة غريزية موروثة ، لايلبث أن تنمو عنده ، نتيجة لذلك الصراع الخارجى ، باقى أجهزته النفسية التى تحول الصراع الى عملية داخلية ، فضلا عن كونه عملية خارجية • ويتحدث « فرويد » بهذا المعنى عن ثلاثة أجهزة للنفس هى : « الهو » و « الأنا » و « الأنا الأعلى » •

١ — و « الهو » هو ذلك القسم من النفس الذى يحوى كل ما هو موروث أو غريزى ، كما يحوى العمليات العقلية المكبوتة التى فصلتها المقاومة عن الحياة النفسية الشعورية ، ففى « الهو » اذن جزء فطرى وجزء مكتسب • وان المسـتوى النفسى أو الحالة العقلية « للهو » حالة لا شعورية بحتة •

٢ — أما « الأنا » فينشأ ويتطور تحت تأثير مواجهة « الهو » للعالم الخارجى ، أى كنتيجة لالتقاء القوى الغريزية بالواقـع الخارجى ،

واكتساب بعض الخصائص والميزات الثانوية • ونشاط « الأنا » نشاط شعورى كالادراك الحسى الخارجي والادراك الحسى الداخلى والعمليات العقلية • ويخضع « الأنا » لمبدأ الواقع ، فهو يفكر تفكيرا موضوعيا معقولا متمشيا مع الأوضاع الاجتماعية المتعارف عليها • كما أن وظيفة « الأنا » هى الدفاع عن الشخصية ، والعمل على توافقها مع البيئة ، وحل الصراع بين الكائن الحى والواقع ، أو بين الحاجات المتعارضـــة للكائن الحى •

٣ — و « الأنا الأعلى » هـــو ذلك الجـــزء من « الأنا » الذى يتخصص فى عملية الكبت ، وهـــو يعمل على مستوى لا شـــعورى • « فالأنا الأعلى » هو الذى يمثل علاقتنا بوالدينا ، ويبدو نشـــاطه فى حالات الصراع مع « الأنا » عن طريق اصدار الأوامر والنـــواهى ، مما قد يأخذ أحيانا صورة مرضية تبلغ من الخطورة حدا يصبح معه القلق شيئا لا يطاق ، وتستحوذ على الفرد حاجة ملحة الى اتهام الذات وعقابها ومعاناة العذاب والشعور بالفشل [١٩] •

لا شك فى أن نظرية التحليل النفسى قد وجهت النظر الى حقائق هامة لم تكن معروفة من قبل ، أو لم يكن لها من الوزن فى تفســير الشخصية ما يتناسب وأهميتها • فلقد كان فرويد أول من كشف عن حقيقة العلاقة بين التنظيم الشخصى للراشد وبين تربيته أو طريقة معاملته فى الطفولة • وكان هو أول من وجه الأنظار الى أن الخبرات الانفعالية فى الطفولة المبكرة تترك أثرا باقيا فى التكوين الشخصى، مما يجعلنا نقرر أن معالم الشخصية تتحدد الى حـــد كبير فى فترة الخمس سنوات الأولى من حياة الفرد • • ففى هذه الفترة يتكون أسلوب الفرد فى الحياة ، ويتحدد موقفه من المجتمع ومن نفسه ، وتتحدد نظرته العامة الى الأمور وسمات شخصيته العامة • ولا شك أن مثل هذه النظرة الى السنوات الأولى وأهميتها قد فتحت آفاقا واسعة أمام دارسى الشخصية ، وغيرت اتجاهات هذه الدراسة عما كانت

---

(١٩) Freud, S.; **An Outline of Psychanalysis.** New York : Norton, 1949 .

تسير عليه من قبل تغييرا أساسيا • ان هذا الاتجاه الذى يسند الى الطفولة المبكرة أكبر الأثر فى تحديد الخطوط الأساسية للشخصية لا يزال ثابتا ومقررا حتى اليوم ، بل يكاد يتفق عليه اليوم علماء النفس جميعا •

واذا كان الشكل النهائى لشخصية الفرد يتحدد نتيجة لتفاعله أو صراعه مع العوامل البيئية بما فى ذلك البيئة الداخلية — أى صراع الفرد مع نفسه — فان ذلك يتم فى الغالب على مستوى لا شعورى ، وهذه نقطة هامة كشفت عنها نظرية التحليل النفسى • فاللاشعور لم يكن معروفا من قبل لدى نظريات الشخصية المختلفة • أما الآن فقد أصبحت الخبرات اللاشعورية تكون ناحية من أهم النواحى الجديرة بالدراسة حتى نستطيع أن نحدد المعالم الأساسية لفرد ما أو نفهم شخصيته وأن نتنبأ بما سيكون عليه سلوكه مستقبلا ، وقبل أن نستطيع التحكم فى تشكيل هذه الشخصية أى فى اعادة بنائها • فالدوافع والانفعالات المكبوتة والصراعات اللاشعورية والحلول اللاشعورية لهذه الصراعات ، أصبحت تكون الآن محورا هاما فى دراسة الشخصية، دراسة هدفها الفهم والتنبؤ والضبط •

***

رابعا — الفرويديون المحدثون « Neo - Fraudians » :

١ — الفريد أدلر :

هو أحد أتباع « فرويد » ، انفصل عنه وأنشأ مدرسة فى فيينا عام ١٩١٢ عارضت آراء فرويد ، وكون مدرسته الخاصة فى العلاج النفسى باسم « جماعة علم النفس الفردى » • وقد عارض « أدلر » آراء فرويد وانتقدها ، وأقام سيكلوجية جديدة تقوم على الأسس الآتية[٢٠] :

---

(٢٠) فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ١٦٢ •

— دراسة قصور الفرد وما يتبعه من تعويض •
— الايمان بأن الغائية (الأهداف النهائية) هى التى تحكم قياد تحكم التعويض •
— أسلوب الحياة وأثره فى توجيه سلوك الفرد •
— أثر الجماعة (الاهتمام الاجتماعى) •
— الذات الخلاقة •

تحدث أدلر عن نظرية القصور العضوى ، وكان يقصد بها قصور أحد أعضاء البدن من حيث استكمال نموه أو توقفه أو عدم كفايته الوظيفية أو عجزه عن العمل • ان وجود القصور البدنى يؤثر على حياة الشخص فى شتى نواحيها . ويزيد من شعوره بالنقص والافتقار الى الأمن • ويرجع ذلك الى التفسير الذاتى الذى يقوم به الشخص للموقف الذى يواجهه ، وهو اتجاه يرتد به الى مرحلة الطفولة • ويرى أدلر أن شعور الفرد بالنقص أو القصور يدفعه — منذ الصغر — الى البحث عما يضمن له الأمن ويخفف من حدة شعوره بالضعف والتواكل • وقد يكون تعويض الفرد عن شعوره بالقصور تعويضا مباشرا أو غير مباشر (٢١) •

ويرى « أدلر » أن الشخصية لا يمكن أن تتكون وتنمو الا اذا كانت النفس البشرية تتجه فى نشاطها اتجاها غائيا ، لأن الغاية التى يسعى نحوها الشخص وينشط لتحقيقها هى العامل المهم فى توجيهه • وبمعنى آخر ، فان توقعات الانسان نحو المستقبل انما تنظم حياته ، أى أن أهداف المستقبل التى يتبناها الفرد تؤثر فى سلوكه الحاضر • وبذلك ينظر علم النفس الفردى الى كل ما يصدر عن النفس الانسانية كأنه موجه نحو غاية معينة •

ويمثل مفهوم « أدلر » عن « أسلوب الحياة » نظرته الى الشخصية الانسانية من حيث تنظيمها واتساقها وتفردها • فيعتقد أن

---

(٢١) Adler , A.; **Understanding Human Nature.** New York : Greenberg, 1927 .

الأهداف الانسانية تدور أساسا حول الميل الى احراز التفوق أو الأفضلية ، ويحقق كل فرد هذا الهدف بطرق مختلفة • وتمثل هذه الطرق المختلفة فى محاولة تحقيق هدف الحياة ، أسلوب حياة الفرد ، وهو الأسلوب الذى يستطيع به أن يحقق هدفه • وتنتظم كل جوانب حياة الفرد وكل أنماط تصرفاته حول هذا الأسلوب • ويمكن القول — بناء على مفهوم « أدلر » — أن أسلوب الحياة هو مفهوم يتضمن كل جانب من جوانب حياة الفرد التى فيها يسعى الى تحقيق هدف الحياة بخطة متميزة وباستخدام وسائل معينة • أى أن أسلوب الحياة يمثل المحور الذى تدور حوله كافة جوانب حياة الفرد سعيا وراء تحقيق هدف الحياة •

ولقد اهتم « أدلر » بالمشكلات المتعلقة بالتنافس والطموح وشعور الفرد بتنكر المجتمع له ومعاداته اياه ، وبالدافع الى التغلب والانتصار أو الرضوخ والهزيمة • وقد تحول انتباه « أدلر » من البحث فى التطور الجنسى للفرد الى البحث فى أنماط النجاح والفشل التى مر بها ، أو بمعنى آخر فى أسلوب حياته • وكان « أدلر » يعنى أن يصل الى الصورة السلوكية المميزة للفرد عندما يستجيب لمواقف الفشل أو النجاح أو تحمل المسئولية أو المواقف التى تستلزم المنافسة أو المبادأة أو ما أشبه • وكان يعزو هذا الأسلوب المميز لسلوك الفرد الى أنماط معينة من الخبرة يمر بها الفرد فى حياته ، أو بمعنى آخر الى الطريقة التى كان يواجه بها الفرد الموقف عندما كان يندفع الى اشباع رغبته فى الحصول على الاعتراف والتقدير عندما كان طفلا •

ويعتبر مفهوم « الذات الخلاقة » السبب الأول لكل ما هو إنسانى • ان الذات الموحدة الثابتة والخلاقة هى صاحبة السيادة فى بناء الشخصية • ويصعب وصف الذات الخلاقة ، فاننا نلمس آثارها ولكننا لا نستطيع رؤيتها ذاتها • انها شىء يحتل مكانا متوسطا بين المنبهات المؤثرة فى الشخص والاستجابات التى يستجيب بها لهذه المؤثرات أو المنبهات • ونظرية الذات الخلاقة هى فى جوهرها أن الانسان يصنع شخصيته ، فهو يبنيها من المادة الخام ، كما أن البيئة

تزود الانسان بالقدرات والخبرات والانطباعات ، وهى اللبنات التى يستخدمها بطريقته الذاتية الخلاقة فى بناء اتجاهه نحو الحياة [٢٢].

وعلى أى الحالات فقد وسعت النظريات التى طورها « أدلر » آفاق علم النفس الفرويدى ، بافساح المجال للمحددات الاجتماعية للشخصية ولكن عددا من النقاد قد هون من أصالة هــذه النظريات الاجتماعية — النفسية . فهم يقولون ان مثل هذه النظريات تنميق فحسب واعادة صياغة جانب واحد من التحليل النفسى التقليدى ، أى الأنا ودفاعاته وأنه باختزال الشخص الى مجرد نظام « الأنا » ، فان أصحاب النظرية الشخصية الاجتماعية — ومنهم أدلر — ينزعون الشخصية من المنابع الحيوية للسلوك الانسانى ، وهى المنابع التى يرجع مصدرها النهائى الى تطور الانسان كنوع ، وأن اقتصار هــذه النظريات على الطابع الاجتماعى لشخصــية الانسان وتضخيمهــا له ، يؤدى الى اغتراب الانسان عن تراثه البيولوجى العظيم .

٢ — كارل يونج :

اختلف « يونج » مع أستاذه « فرويد » ، اذ رفض فكرةالسيطرة الكاملة للميول الجنسية فى الحياة النفسية التى آمن بها فرويد . فقد كان « يونج » يرى أن الجنس ، على ما له من أهمية فى حياة الفرد ، لا يتفق مع رغبة الانسان فى الحياة الموفورة التى لا يمكن أن تقتصر على الدافع الجنسى أو تشتق منه . ويعتبر « يونج » أن « الليبيدو » هو « الطاقة النفسية » أو « طاقة الحياة » التى تتضمن — علاوة على الجنس — الأفكار والمشاعر والرغبات والحاجات البيولوجية .

ويطلق « يونج » على العقل الواعى مصطلح « الأنا » الذى يتكون من المــدركات والذكريات والمشاعر والأفــكار الواعية . أما العمليات اللاشعورية فهى تمثل عنصرا هاما فى تنظيم الشخصية ، وتلعب دورا رئيسيا فى توجيه السلوك الانسانى وتوجيه الخبرة .

(٢٢) Adler , A.; **The Practice and Theory of Individual Psychology** . New York : Harcourt - Brace. 1972 .

ويحدد يونج تقسيمين أساسيين للتركيب اللاشعورى للشخصية هما : اللاشعور الشخصى ، واللاشعور الجمعى .

١ — « فاللاشعور الشخصى » (Personal Unconseious) يتكون من الخبرات التى يكتسبها الفرد فى حياته ، وكانت هذه الخبرات فى الأصل شعورية ثم صارت لا شعورية بسبب عوامل الكبت . ولما كان اللاشعور الشخصى يستند الى خبرات الفرد المتنوعة فى الحياة ، فانه يختلف من فرد لآخر بدرجة كبيرة . ويتركب اللاشعور الشخصى من العقد وهى عبارة عن الأفكار والمشاعر والذكريات والمدركات المكبوتة.

٢ — يعتبر « اللاشعور الجمعى » (Collective Unconscious) أحد الجوانب الأكثر كموناً فى الشخصية ، ويميل — فى حالات الاضطراب النفسى — الى السيطرة على « الأنا » واللاشعور الشخصى فى توجيه الفرد . ويتكون اللاشعور من ذكريات كامنة موروثة عن الماضى السالف للسلالة الانسانية ، واذا نشطت هذه الذكريات الكامنة فى حاضر الفرد فانها تؤدى به الى الفوضى والاضطراب [٢٣] .

ويعتبر مفهوم الذات عند « يونج » أحد الاختلافات الواضحة بينه وبين « فرويد » . فينظر « يونج » الى الذات على أنها مجموعة من المبادىء التنظيمية فى الشخصية ، وتزود هذه المبادىء الشخصية بالوحدة والاستقرار التى تعتبر — فى نظر يونج — الهدف من الحياة الذى يسعى اليه كل فرد . ويرى « يونج » أن السعى وراء هذه الأهداف وتحقيقها لا يتم غالبا الا عن طريق الدين . وهذا الاتجاه يعتبر خاصية أساسية تتميز بها نظرية « يونج » ، وهى التى أضفت على علم النفس التحليلى صبغة دينية .

وتعتبر مفاهيم « يونج » عن طوبولوجية الشخصية من أعم مفاهيمه انتشارا . فقد ميز نمطين أساسيين فى الشخصية : الانبساط والانطواء . ويمثل نمط الشخصية المنبسطة تنظيما لها نحو العالم

---

(٢٣) Jung, C., **The Integration of Personality.** New York: Rinehart, 1939.

الخارجى ، فالشخص المنبسط تتجه حركاته نحو العلاقات الموضوعية ، وينصرف اهتمامه الى الحوادث الخارجية ، وهو أكثر اتصالا بحياة الواقع ، ويستطيع أن يعبر عن نفسه بسهولة فى علاقاته مع الآخرين • ويمثل نمط الشخصية المنطوية تنظيما لها نحو العالم الداخلى الذاتى • فالشخص الانطوائى يتخذ موقف الدفاع ضد الالتزامات والمطالب الخارجية ، فى حين يركز اهتمامه على حاجاته ومطالبه الذاتية التى يعتبرها محور نشاطه فى الحياة • والانطوائى يميل الى التفكير والتأمل والتخيل وتعوزه سهولة التعبير عن ذاته مع الآخرين •

تتميز نظرية « يونج » عن بقية المناهج الأخرى فى دراسة الشخصية بما تعطيه من تأكيد قوى للأصول العنصرية والخاصة بنمو الجنس البشرى بأسره وفى تكوين الشخصية • فهو ينظر الى الشخصية باعتبارها نتاجا ووعاء يحتوى على تاريخ أسلاف الفرد •• ان فرويد يؤكد الأصول الطفلية للشخصية ، فى حين يؤكد يونج الأصول العنصرية للشخصية •• ان الاحترام العظيم الذى يكنه يونج للماضى العنصرى للانسان يعنى أن يونج — أكثر من أى عالم آخر من علماء النفس — قد نقب وبحث فى تاريخ الانسان ليتعلم بقدر ما يستطيع الأصول العنصرية للشخصية وتطورها •

وعلى الرغم من أن نظرية « يونج » فى الشخصية تعتبر نظرية فى التحليل النفسى بسبب تأكيدها للعمليات اللاشعورية ، فانها تختلف عن نظرية « فرويد » للشخصية فى جوانب هامة • وربما كانت أبرز سمات نظرة يونج الى الانسان وأكثرها تمايزا أنها تجمع بين الغائية والعلية • فسلوك الانسان ليس مشروطا بتاريخه الفردى والعنصرى فحسب (العلية) ، بل يرتبط أيضا بأهدافه وطموحه (الغائية) ، وبالماضى كواقع وبالمستقبل كامكان يقود سلوك الفرد فى الحاضر •• ان نظرة يونج الى الشخصية نظرة الى المستقبل ، بمعنى أنها تنظر الى الأمام متطلعة الى مستقبل نمو الشخص والى تطوره ، كما أنها تنظر الى الخلف بمعنى أنها تضع الماضى فى اعتبارها •• أى أن الانسان تحركه الأهداف بقدر ما تحركه الأسباب •

ان نظرية يونج فى الشخصية ، كما طورها فى كتاباته الغزيرة ، وكمـا تطبق على نطاق واسع فى مجال الظواهر الانسانيـة ، تقف كواحـدة من أبرز الانجازات فى الفكر الحـديث . ان أصالة يونج وشجاعته قل أن تجد نظيرا لهما فى تاريخ العلم الحديث .. ان أفكاره تستحق أوثق الاهتمام من كل دارس جاد فى علم النفس [٢٤] .

٣ ــ أوتو رانك :

يعتبر « رانك » أن الميلاد صدمة رهيبـة فى حياة الفرد . . فالأم والجنين عبارة عن وحدة واحدة ويعتبر الميلاد نهاية لهذه الوحدة لأن انفصال الوليد عن الرحم يعتبر تغييرا فجائيا فى حيـاة الطفـل الوليد . ويرى « رانك » أن الميلاد هو أشد حالات القلق التى يواجهها المرء فى حياته ، وهى ما يسميه « بالقلق الأولى » [٢٥] ويعتقد « رانك » أن كل شخص يحتاج الى زمن الطفولة كى يتغلب على « صدمة الميلاد » بصورة طبيعية ، ويعتبر أن العصابى هو ذلك الشخص الذى لا ينجح فى هذه المحاولة . ويسير الطفل فى اتجاهين مختلفين :

١ ــ الرغبة فى التوحد ، أى الرغبة فى تكوين وحدة بينه وبين البيئة حتى لا يشعر بالخوف من الاستقلال والفردية ، ويطلق « رانك » على ذلك مصطلح « خوف الحياة » .

٢ ــ الرغبة فى الاستقلال والتفرد (Individualization) [٢٦] .

وينظر « رانك » للحياة كنضال بين الخوف من الحياة والخوف من الموت ، ونتيجة هذا النضال هى وجود توازن بين القوى الدافعة فى الفرد ، ويناقش « رانك » عملية الانفصال كصراع بين الارادات .

---

(٢٤) فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ١٥٠ .

(٢٥) Bank, O.; **Will Therapy . Truth, and Reality.** New York : Knopf. 1945 . p.p. 219 - 220 .

(٢٦) Wolman, B. (ed.) **Handbook of Clinical Psychology.** New York : Mc Graw - Hill, 1965, p. 349.

« والارادة » هى القوة المتكاملة للشخصية ، وهى مضمون الانسان من حيث ايجاد علاقة حية نشطة بين ذاته وبين العالم الخارجى ، وهى علاقة خلاقة تسمح للفرد بأن يأخذ ويعطى ، ويغير ويتغير ، ويعمل ويكافح ويبدع • ولقد وجدت الارادة لأن الانسان يعيش فى عالم يستلزم الكفاح والجهد فى سبيل العيش ، حيث يواجه عقبات وعوائق طبيعية أو اجتماعية ، ويقابل هذه العقبات برد فعل مضاد أو « بارادة مضادة » •

وتبدأ الذات — أو الفردية — فى النمو عند الطفل عندما يلاحظ — نتيجة للخبرة — أنه هو ووالديه شيئان منفصلان ، وهنا يبدأ الطفل فى الشعور بضرورة تأكيد ذاته بطريقة سلبية ضد الوالد ، وذلك رغبة منه فى تحديد معالم ذاته • وخلال هذه العملية يحدث نوع من الصدام بين الارادات المختلفة : ارادة الأب من جهة وارادة الطفل المضادة من جهة أخرى ، مما يجعل الطفل يشعر بالاثم حيث يدين بالحب والولاء لوالديه • وعندما يستطيع التغلب على الشعور بالاثم ، يبدأ فى تكوين علاقات مع الآخرين بطرية أيجابية • ان الطفل يحصل على تقبله لذاته فى مرحلة الطفولة عن طريق علاقات المحبة بوالديه ، وتقبل الوالدين للطفل كفرد مستقل •

وهنا يبرز مبدأ هام فى العلاج النفسى ، وهو فكرة « التقبل » ، أى تقبل المريض أو العميل من المعالج ، لأن الشخص العصابى يفتقد الشعور بالتقبل والمحبة من والديه • وعندما يرى هذا الشخص أن المعالج يتقبله فانه يستطيع بالتالى أن يتقبل نفسه • ويتفق هذا المبدأ مع رأى « روجرز » صاحب نظرية « الذات » الى حد كبير •

٤ — كارن هورنى :

ترى « هورنى » أن « القلق » استجابة انفعالية لخطر يكون موجها الى المكونات الأساسية للشخصية • ان الأفراد يختلفون من حيث نظرتهم للأمور التى تمثل قيمة حيوية لديهم ، وفقا لاختلاف ثقافات الأفراد وبيئاتهم ومراحل نموهم • وغالبـــا ما يصاحب القلق بعض

التغييرات الفسيولوجية والأعراض الجسمية كخفوق القلب وتصـــبب العرق والاسهال وعسر الهضم [٢٧] •

وتعترض « هورنى » على « فرويد » لأنه أرجع العصاب الى عوامل بيولوجية ، ولم يرجعها الى مشكلات المجتمع كالعداء والشهرة والتنافس والانعزال وغيرها من العوامل الاجتماعية • وترى « هورنى» أن العوامل الأولية التى تسبب العصاب يجب البحث عنها وراء الثقافة ، ووراء الظروف التى تسبب الانعزال والخوف والشعور بالضعف وفقد الأمن • وقد أشارت « هـــورنى » الى العوامل الثقافيـــة التى تولد العصاب ، والتى تتلخص فى : التنافس والفردية ، وعدم المساواة ، والاستغلال • واضطراب العلاقات الانسانية الذى ينشأ عن العوامل السابق ذكرها يسبب الانعزال الوجدانى والشعور بفراغ الحياة وفقدان التوازن النفسى • ومن الواضح أن شعور الفرد بالعجـــز يرجع فى أساسه الى الفشل سواء أكان فشلا اجتماعيا أم اقتصاديا أم عاطفيا ، فان الفشل — أياً كان نوعه أو مصدره — يخلق فى النفس عدم الثقة ويجعل الفرد يشعر بالعجز والضعف وعدم المقدرة على احراز النجاح فى أى مجال من مجالات الحياة •

وترى «هورنى » أن هناك أربعة وسائل يلجأ اليها ليحمى نفسه من القلق [٢٨] :

١ — الحصول على الحب فى أية صورة من صوره حتى يتجنب الصدام مع الآخرين •

٢ — الخضوع والخنوع للآخرين وللمؤسسات أو النظم التى فى مركز القوة والسيطرة بأمل ألا يصيبه منها أى ضرر •

٣ — الحصول على القوة — عن طريق احراز النجاح ، والتملك والاعجاب والتقدير ، والتفوق والتمايز — حتى يتجنب أذى الآخرين•

---

(٢٧) Horney, K.; **The Neurotic Personality of Our Time.** New York : Norton, 1937, p.p. 80 - 81.

(٢٨) Horney . K., **Neurosis and Human Growth.** New York : Norton, **1950.**

٤ — الانسحاب الانفعالى من الآخرين ، عن طريق الانفصال الانفعالى عنهم ، حتى لا يصاب الفرد بأذى من الآخرين • وتكون هذه الوسائل الأربعة لحماية النفس دافعية قوية للتحرر من القلق • ويلاحظ أنه بالنسبة لتعقد ظروف الحياة فانه يتعذر متابعة كل وسيلة من الوسائل الأربعة بمفردها ، اذ غالبا ما يندمج الفرد فى أكثر من وسيلة يمارسها فى ذات الوقت وخاصة عند محاولة الحصول على الحب والحصول على القوة • ونتيجة لذلك تتجسم نواحى الصراع والقلق التى يعانى منها الفرد •

٥ — أيريك فروم :

يرى « فروم » أن الشخصية هى مجموعة من الصفات النفسية الموروثة والمكتسبة التى تجعل من الفرد شخصا فريدا • ويحذو «فروم» حذو أبقراط فى تصنيف الأمزجة الى صفراوى ودموى وبلغمى وسوداوى ، مع معرفة شىء عن خلق الشخص أو طابعه والحالة التى هو فيها • ويستند أساس خلق الشخص أو طابعه الى العلاقة التى يعقدها مع الوسط المحيط به • وعندما ينتظم النشاط البشرى فى أسلوب خلقى يكون اتجاه الشخص نحو الحياة صعب التغيير ، وبالتالى فان خلقه يحدد النمط الذى يتخذه سلوكه ويضفى عليه طابعا مميزا [٢٩] •

ويحدد « فروم » خمسة تصنيفات للشخصية وفقا للخلق السائد فى كل منها [٣٠] :

(أ) الشخصية التلقائية : يتسم أصحاب هذه الشخصية بالنزعة التواكلية السلبية ، اذ يعتقد الشخص أن كل شىء يحتاج اليه أو يرغب فيه يجب أن يصل اليه أو يتوفر له ، دون بذل أى جهد أو سعى من جانبه ، بل يوفره له مصدر خارجى •

---

(٢٩) Fromm, E., **Escape from Freedom.** New York : Holt, 1941. p. 13 .

(٣٠) Fromm . E ., **Man for Himself.** New York : Holt, 1947 .

(ب) الشخصية الاستغلالية : يتسم أصحاب هذه الشخصية بالاستغلال ومحاولتهم الحصول على كل شيء من الآخرين بالقوة أو الحيلة ، ويعتبرون الجميع هدفا لاستغلالهم • وتتجه هذه الشخصية نحو العدوان والاحتيال ، وتتصف بالغيرة والحسد والارتياب والاستخفاف بالآخرين •

(ج) الشخصية الادخارية : يتسم أصحاب الشخصيات الادخارية بضعف الايمان فى أى شيء جديد يحصلون عليه من الخارج ، ويعتمد شعورهم بالأمن على الادخار والتوفير ، ويشعرون بأن الانفاق يهدد حياتهم ويثير القلق فى نفوسهم • والشخص المدخر عادة مرتب منظم ، محدود القدرة العقلية ، ويجد فى الفردية والانعزال أمنا وطمأنينة •

(د) الشخصية المسوافقة : يشعر أصحاب هذه الشخصية بأن شخصياتهم سلع تباع وتشترى ، وتتأثر بمتطلبات الآخرين المتغيرة، ويعتبرون الناجح هو من له قيمة والفاشل من لا قيمة له • وهم يشعرون عادة بالفراغ والقلق •

(ه) الشخصية المنتجة : الانسان كائن اجتماعى منتج • ولا يقتصر مفهوم الانتاجية عند « فروم » على الانتاج المادى فحسب ، بل ان الانتاجية بأوسع معانيها هى مقدرة الانسان على استخدام قواه العقلية والحسية وتحقيق امكانياته الكامنة فيه • والشخص المنتج يستطيع أن يفكر تفكيرا مستقلا ، وأن يحترم نفسه ورفاقه ، ولا يعانى من الكبت أو القلق ، ويستطيع أن يثبت ذاته ويستمتع بحياته •

ويقرر « فروم » أنه عندما يسود الاتجاه الانتاجى عند شخص ما ، حينئذ يتحول أى من عناصر الاتجاهات غير المنتجة الأربعة التى توجد فى الشخص وتتخذ مزايا ايجابية مساعدة للحياة •

ويعتبر « فروم » أن العصاب هو أحد مظاهر الفشل الأخلاقى، وان كان التكيف لا يدل بأى حال على النجاح الأخلاقى • وتمثل الأمراض العصابية غالبا تعبيرات نموذجية لبعض مشاكل الانسان الحديث الذى يعانى القلق والحيرة • ويعتقد « فروم » أن العيش

بطريقة منتجة هو العيش فى نطاق الفضـــيلة ، أما الرذيلة فتنشأ من تشويه الذات وعدم مبالاة الانسان بنفسه وازدرائه لذاته وتحقـــيره اياها [٣١] •

٦ — هارى ستاك سوليفان :

تمثل « الدينامية » و « دينامية الذات » مفاهيم أساسية فى نظرية « سوليفان » • ويعرف « الدينامية » بأنها عبارة عن تناسق للطاقة دائم نسبيا ، يظهر فى عمليات يمكن تمييزها فى اطار العلاقات الشخصية بالآخرين • أى أن مفوم الدينامية يشير الى الطريقة التى تنتظم بها الطاقة وتوجه فى الجسم البشرى ، ويعتبر « سوليفان » الطاقة هى الطاقة الجسمية العضوية ويرفض فكرة الطاقة النفسية •

ويلعب مفهوم « دينامية الذات » دورا هاما فى تنظيم السلوك • وهو عبارة عن بناء مركب من خبرة الطفل الخاصة بنواحى الثواب والعقاب ، اذ يكون الطفل متنبها لنواحى الرضا والحنان والتشجيع من الآخرين أو عدم الرضا والنبذ منهم • ومن خلال « دينامية الذات » يعمل الطفل على أن يركز اهتمامه على كل ما يسبب له استحسانا من جانب الآخرين ، وأن يتجنب كل ما يجلب عـــدم الاستحسان تجنبا للقلق • ومن ثم فان الذات هى الشىء الوحيد الذى يمتلك خاصـــية التيقظ والانتباه لكل ما يدور فى محيط الفرد •• وقد اهتم « سوليفان» — مثل هورنى وفروم — بأثر الجو العام للأسرة على النمو النفسى للطفل ، ولكنه لم يتناول بالتحليل ماهية العوامل الثقافية التى تؤثر على اتجاه الوالدين نحو الطفل [٣٢] •

وتتميز المراحل التى يحددها « سوليفان » للنمو الانسانىبوجود امكانيات للطفل فى كل مرحلة تجعله واعيا بوجه خاص لجوانب معينة من العلاقات الشخصية مع الآخرين فى بيئته وتجعله قادرا على أن

---

(٣١) **Fromm, E ., The Sane Society. New York : Norton, 1955 .**

(٣٢) **Sullivan, H. S.; Conceptions of Modern Psychiatry, New York : Norton, 1953 .**

يتفاعل معها • وتتلخص مراحـل النمو التى ذكرها « سـوليفان » فيما يأتى :

(أ) **مرحلة الحضانة :** وتستمر حتى نضج مقدرة الطفل على استخدام اللغة •

(ب) **مرحلة الطفولة :** وتستمر حتى نضج مقدرة الطفل علـى التعايش مع زملائه •

(جـ) **مرحلة الحداثة :** وتستمر حتى تنمو القـدرة على تبادل المودة مع الآخرين •

(د) **مرحلة ما قبل المراهقة :** وتستمر حتى تنضج القوة الدينامية للاشتهاء الجنسى •

(هـ) **مرحلة المراهقة المبـكرة :** وتستمر الى بدء تبنى سـلوك الاشتهاء الجنسى •

(و) **مرحلة المراهقة المتأخرة :** وتستمر حتى النضج •

ويلاحظ على هذا التقسيم لمراحل النمو أن « سوليفان » تجنب التحديد الزمنى لهذه المراحل •

وتدور اتجاهات « سوليفان » فى التحليل النفسى حول نظريته عن « العلاقات الشخصية » ، وقد ركز كل اهتمامه على الفرد ، ولب نظريته هو تكامل الكائن الحى فى الوسط الذى يعيش فيه • ويقرر أن البقاء الانسانى فى الحياة يحتاج الى تغيير وتفاعل مستمر مـع البيئة ، ويهتم بالوحدة الوظيفية للذات التى تنمو خلال سياق تفاعلاتها وعلاقاتها المشتركة مع الآخرين [٣٣] •

* * *

خامسا — نظرية التعـلم :

على الرغم من اهتمام الكثيرين من علماء النفس بدراسة « التعلم » الا أن مجال دراسة الشخصية لم يلق اهتماما كافيا من هذه الزاوية •

---

(٣٣) Sullivan, H. S.; **The Interpersonal Theory of Personality** . New York : Norton, 1953.

فلم يحاول غير عدد قليل أن يخرج من اطار ظاهرة التعلم البسيطة والتكوينات النظرية المشتقة منها الى موضوع الشخصـية • وأهم التطبيقات فى هذه الناحية ما قام به «دولارد» و «ميللر» ، فقد استعانا بالحقائق التى جاءت بها نظرية التحليل النفسى ، وما كشف عنه علم الاجتماع الحضارى ، بالاضافة الى المبادىء الأساسية التى جاءت بها نظرية « هل » (Hull) فى تفسير السلوك • فجاء عملهما تزاوجا بين كل من الدقة العلمية التى تتميز بها نظرية « هـل » وبين الحيـوية والثراء الذى تتميز به نظرية التحليل النفسى ، مع عدم التخلى عن الحقائق المقارنة التى أمدنا بها علم الاجتماعى الحضارى بالنسبة للاطار الثقافى وأثره فى التنشئة الاجتماعية للطفل ونمو شخصيته •

يقول « دولارد » و « ميللر » ان هناك أربعة مفاهيم عامة فى عملية التعلم ، وهـذه المفاهيم هى : الدافـع ، والدليل ، والاستجابة ، والتدعيم •

١ — فالدافع ، هو مثير قوى بدرجة كافية لدفع الفرد الى العمل ، فهو يحرك السلوك ولكنه لا يوجهه بمفرده •

٢ — والدليل ، عبارة عن مثير يوجه الفعل أو الاستجابة التى يصدرها الكائن الحى • فالدافع يثير الفعل ، ويتولى بعد ذلك الدليل توجيه أو تحديد طبيعة الفعل أو الاستجابة •

٣ — والاستجابة ، مرحلة هامة فى نمو الكائن الحى • وتختلف الاستجابات من حيث احتمال صدورها بالنسبة لموقف ما •

٤ — ومتى صـدرت الاسـتجابة فان مصـيرها بعد ذلك يتحدد بناء على ما يعقبها من « تدعيم » (Reinforcement) أو « تثبيط » (انطفـاء) (Extinction) فالأولى هى العملية التى تقوى بها الرابطة بين المثير والاستجابة ، أما الثانية فهى العملية التى تنحل بها هـذه الرابطة • ويتم « التدعيم » عن طريق خفض الدافع أو خفض التوتر — الناشىء عن الدافع — عن طريق مكافأة الفعل أو الثواب الذى يعقب

الاستجابة • ويعتقد «دولارد» و «ميللر» أن عملية التدعيم عن طريق خفض الدافع هى المبدأ الوحيد للتعلم • ومن شأن العادات التى تعلمناها فى موقف معين أن تنتقل أو تعمم فى مواقف أخرى • وكما أن هناك ميلا من الانسان الى أن يستجيب بنفس الاستجابة لمواقف مختلفة الى حد ما ، فان لديه كذلك ميلا الى أن يستجيب استجابات مختلفة لمواقف متشابهة الى حد ما ، وتسمى هذه العملية الأخيرة بعملية « التمييز » • وعلى هذا النحو تفرض البيئة على الفرد مطالب متعارضة من التعميم والتمييز [٣٤] •

ومن وجهة نظر « دولارد » و « ميللر » فان «الصراع» مكتسب أو متعلم • وتعتبر خبرات الطفولة ذات أهمية فى تعلم الصراع ، فان تأثير المطالب المتصارعة النابعة من الطفل ومن البيئة قد تؤدى الى تعرضه للصراع فى هذه المرحلة التكوينية الهامة من حياته • ويحدث الصراع فى ثلاثة أشكال مختلفة :

١ — صراع الاقدام والاحجام ، وهو الذى يحدث بين دافعين يستثاران فى نفس الوقت ، وفى اتجاهين متضادين •

٢ — صراع الاقدام / الاقدام ، وهو الذى ينشأ بين دافعين كلاهما يدفع الفرد فى نفس الوقت الى الاقتراب من هدف معين •

٣ — صراع الاحجام / الاحجام ، وهو الذى ينشأ بين دافعين كلاهما يدفع الشخص فى نفس الوقت الى الابتعاد عن هدف معين •

لقد قدمت لنا نظرية التعلم معالجة علمية لموضوع الشخصية • والى جانب الدقة العلمية فانها ساعدت على تطبيق القوانين المعملية وفتحت باب البحث التجريبى فى ظواهر الشخصية على مصراعيه • وهكذا جعلت من الشخصية لأول مرة موضوعا للبحث العلمى ، وليست موضوعا للتأمل الفلسفى أو الكلام النظرى غير المدعم بالأدلة والأسانيد التجريبية •

* * *

(٣٤) Dollard, J., and Miller. N.; **Personality and Psychotherapy.** New York : McGaw - Hill. 1950 .

سادسا ــ نظرية الذات :

هناك اتجاه آخر فى دراسة الشخصية يؤكد أهمية « المجال الظاهرى » (Phenomenonlogical Field) ، أى المجال كما يدركه الفرد ذاته ، على أساس أن الطريقة التى يدرك بها الشخص الأحداث المحيطة به أو التى تقع له تحدد الكيفية التى يتصرف بها • وهذا الاتجاه فى تفسير السلوك هو الذى قامت عليه أساسا نظرية الذات •

ومن أهم المفاهيم التى تؤكدها نظرية « روجرز » [٣٥] فى الذات ما يأتى :

١ ــ مفهوم الكائن العضوى أو « الأورجانزم » (Organism) الذى هو الفرد ككل •

٢ ــ مفهوم المجال الظاهرى الذى هو مجموع الخبرات الفردية أو الخبرة فى كلياتها •

٣ ــ مفهوم الذات وهى ذلك الجزء من المجال الظاهرى الذى يتكون من مجموعة من المدركات والقيم المتعلقة « بالذات » أو « الأنا» أو بالفرد كمصدر للخبرة والسلوك •

والذات هى المفهوم الأساسى الذى تجعل منه النظرية المحور الأساسى للخبرة التى تحدد شخصية الفرد ، أو بمعنى آخر هى ذلك الجزء من المجال الظاهرى الذى يتحدد على أساسه السلوك المميز للفرد • فكما أن ادراكنا للمواقف الخارجية هو الذى يحدد استجاباتنا الخاصة ازاء هذه المواقف ، كذلك فان فكرتنا عن ذاتنا ــ أو الطريقة التى ندرك بها ذاتنا ــ هى التى تحدد نوع شخصيتنا ، وهى التى تحدد كيفية تصرفنا ازاء المواقف والأفراد ، وكيفية ادراكنا لهذه المواقف أو هؤلاء الأفراد • فالمواقف والأحداث الخارجية تتوقف قيمتها ومعناها بالنسبة للشخص على الصورة التى يدرك بها نفسه • ففكرة الشخص عن نفسه اذن هى النواة الرئيسية التى تقوم عليها شخصيته •

---

(٣٥) Rogers, C.; « Significant Aspects of Client — Centered Therapy » Amer, Psychologist, 1946, 1, 415 - 422.

وينظر « روجرز » الى مفهوم الذات كمفهوم متطور عن تفاعل الكائن الحى مع البيئة ، ولذلك يكشف الفرد عن ذاته من خلال خبراته مع الأحداث والأشخاص • وتبحث الذات عن اتساق لها ، فيتعرف الكائن الحى بطرق متسقة أو ثابتة مع مفهوم الذات ، وتمثل الخبرات غير المتسقة مع مفهوم الذات تهديدات للفرد قد تؤدى الى الاضطراب الانفعالى • ويذهب « روجرز » الى أن مفهوم الذات يمكن أن يتغير نتيجة للنضج والتعلم ، وعلى ذلك فان ادراك العميل لذاته من خلال الارشاد النفسى أو العلاج النفسى — يخضع لعدة تغيرات تقوده الى صورة أكثر واقعية عن ذاته ، وتحرر الفرد حتى يعمـل على تحقيق ذاته (٣٦) •

ان مفوم الذات ، بمعنى التنظيم السلوكى الادراكى الانفعالى الذى يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل ، هذا المفهوم يمثل متغيرا هاما من متغيرات الشخصية ، بل اننا فى الواقع لا يمكن أن نفهـم الشخصية فهما كاملا الا اذا تضمنت هذا المتغير • اننا لا نستطيع أن نفهم سلوك الشخص الظاهرى ، سواء حكمنا على هذا السلوك بأنه سوى أو منحرف ، الا فى ضوء الصورة الكلية التى يكونها الفرد عن ذاته • فالوسائل الدفاعية المختلفة ، بما فى ذلك الأشكال المختلفـة للمرض النفسى ، انما هى وسائل للدفاع عن الذات ككل ، وليست وسائل لاشباع دافع جزئى معين بالذات • كما أن جميع النواحى الأخـرى للشخصية من صراع وقلق ودوافع وغيرها ، لا يمكن أن تفهم الا فى ضوء الصورة الكلية عن الذات •

وقد استخدم « سينج وكومز » (٣٧) مصطلح المجال الظاهرى — مثل « روجرز » — للاشارة الى البيئة السيكلوجية ، ولتأكيد فكرة

---

(٣٦) Rogers, C.; Client - Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and **Theory.** New York : Houghton - Mifflin, 1951 .

(٣٧) Combs, A. ; and Syngg, D.; **Individual Behavior.** New York : Harper and Row, 1949.

أن كل سلوك انما يتحدد بالمجال الظاهرى للكائن الحى موضوع السلوك ويقسم « سينج » و « كومز » المجال الظاهرى الى قسمين :

١ — الذات الظاهرية (Phenomenal self) وهى التى تتضمن كل الأجزاء فى المجال الظاهرى ، والتى يراها الفرد كجزء أو خاصية لذاته .

٢ — مفهوم الذات الذى يتكون من أجزاء للمجال الظاهرى تتميز عن طريق الفرد كخصائص محددة وثابتة لذاته .

لقد أبرز « روجرز » طبيعة مفاهيم الذات ، وعلاقاتها المتداخلة فى تسع عشرة قضية ، تتلخص فى الآتى (٣٨) :

١ — **« يوجد كل فرد فى عالم من الخبرة دائم التغير ، ويشكل الفرد مركز هذا العالم »** . وتشير كلمة الخبرة الى كل ما يدور بداخل الكائن فى أية لحظة بما فى ذلك العمليات الفسيولوجية والانطباعات الحسية والأنشطة الحركية . وهذا العالم من الخبرة لا يعرفه على حقيقته الا الفرد نفسه ، وعلى ذلك فان الفرد هو أحسن مصدر للمعلومات عن نفسه .

٢ — **« يستجيب الكائن للمجال كما يمارسه أو يدركه ، وهذا المجال الادراكى هو « الواقع » (Reality) بالنسبة للفرد »** . وتؤكد هذه القضية أن الشخص لا يستجيب للمثيرات الخارجية أو الاضطرابات الداخلية كما هى ، وانما يستجيب الى خبراته عن الظروف الدافعة أو المثيرة للسلوك . فالواقع عنده هو ما يظنه الحقيقة بصرف النظر عن احتمال أنه حقيقى أو غير حقيقى ، وهذا الواقع الذاتى هو الذى يحدد كيف يسلك . وعلى ذلك فان مجرد معرفة المثير لا تكفى للتنبؤ بالسلوك اذ يجب أن نعرف كيف يدرك الشخص المثير .

٣ — **« يستجيب الكائن الحى الى المجال الظاهرى ككل منظم »**

---

(٣٨) Rogers, C.; Client - Centered Therapy : Its Current Practice , Implications, and Theory . New York: Houghton Mifflin, 1951 . p.p. 483 - 524.

وتشير كلمة « كل منظم » الى المفهوم الذى يؤكد أهمية دراسةالظاهرة من خـــلال الكائن الحى (Organismic) أو الكل (Holistic) فالكائن الحى بناء منظم على الدوام يعقب التغيير فى أحد أجزائه تغيير فى كل جزء آخر •

٤ ــ « **للكائن الحى نزعة** (Tendency) **واحدة أساسية هى ابقاء وتقوية الكائن الحى الذى يعيش الخبرة** » • وتقوم هذه الفكرة على أساس أن الكائن الحى نظام واحد يتميز بالدينامية ويعتبر الباعث الواحد فيه تفسيرا كافيا للسلوك بأكمله ، وأن الشخصية حين تفصح عن نفسها انما تسير وفق الخطوط التى تحددها طبيعة الكائن الحى نفسه ، فهناك ــ من ناحية ــ قوة دافعة واحدة ، وهناك ــ من الناحية الأخرى ــ هدف واحد للحياة • ولا يتم للفرد تحقيق ذاته دون كفاح أو مشقة ، ولكنه يتصدى للكفاح ويتحمل المشقة لما لدافع النمو من أثر بالغ القوة عليه •

٥ ــ « **السلوك فى أساسه محاولة موجهة نحو هدف هو اشباع الحاجات التى يخبرها الكائن الحى فى مجاله كما يدركه** » •

٦ ــ « **يصاحب الانفعال السلوك الموجه نحو هدف ويسهل له مهمته بوجه عام ، فيرتبط نوع الانفعال بتلك النواحى من السلوك التى تجد فى الطلب وذلك مقابل النواحى الاستهلاكية للسلوك ، كما ترتبط شدته بمدى الأهمية المدركة للسلوك فى الحفــاظ على الكائن الحى وتدعيمه** » • وتعتمد هذه القضية على النظرية القائلة بأن الانفعال ليس عاملا من عوامل الهدم بل هو شىء نافع لتحقيق التوافق • فاذا أخذنا انفعالات الاستثارة وجدنا الغضب مساعدا للفرد على سلوك السعى والكفاح ، أما الانفعالات التى هى أكثر هدوءا مثل الشعور بالرضا فتساعده على الفعل الاستهلاكى لموضوع الهدف • فالغضب يدفع الشخص الى بذل مجهود مضاعف للحصول على الطعام ، فى حــين يسهل الشعور بالرضا مهمة هضم الغــذاء الذى أكله الفرد • وتتباين شدة الانفعال طبقا لما يحمله الموقف من دلالة بالنسبة للفرد، فاذا تهددت حياته بالخطر زادت شدة خوفه ، أما اذا كان الخطر تافها فسيقل خوفه •

٧ — « ان أحسن موقع ممكن لفهم السلوك هو من خلال الاطار المرجعى الداخلى للفرد نفسه » • وتبرز هذه القضية ايمان روجرز بتقارير الفرد عن نفسه كمصدر ممتاز للبيانات الذاتيــة النفسية • ويعترف روجرز بأن تقارير الفرد عن نفسه لا تعطى صورة كامـلة لشخصيته أو تكشف عن كل محددات سلوكه •• فقد يكون الشخص واعيا بأسباب سلوكه ولكنه لا يستطيع أن يعبر عنها بكلمات تفصح عن المعنى الذى يقصده • وقد لا يكون الفرد واعيا بكل خبراته ، وفى هذه الحالة يصبح نقلها للآخرين أمرا غير ممكن • وقد يكون الفرد واعيا بخبراته وقادرا على التعبير عنها غير أنه لا يريد أن يفعل ذلك ، واذا فرض عليه أى ضغط للادلاء باجابة عمد الى التمويه على من يسأله • وعلى الرغم من هذه العقبات يفضل روجرز استخدام تقارير الفرد عن نفسه كمحـاولة لفهم الشخصية والسلوك من خلال اطـار الشخص المرجعى الخاص كما يفصح عن نفسه فى الموقف المشجع للعلاج المتمركز حول العميل » (Client - Centered Therapy) .

٨ — « يتمايز جزء من المجال الادراكى الكلى بالتدريج ليكـون الذات » • يؤكد روجرز أن الذات الظاهرية تتمايز فى المجال الادراكى الكلى ، والذات هى وعى الفرد بوجوده ونشاطه ، أو هى مجمـوع الخبرات التى تنسب جميعها الى شىء واحد هو « أنا » أو ضـمير المتكلم •

٩ — « نتيجة للتفاعل مع البيئة يتكون بناء للذات ، وهو نمط تصورى منظم مرن من مدركات وعلاقات الـ « أنـا » وضمير المتكلم مع القيم التى ترتبط بهذه المفاهيم » • فمن بين أنواع التمييز التى يتعلمها الطفل تمييزه لذاته كشىء بارز عن البيئة التى يعيش فيها ، كما يدرك أن بعض هذه الأشياء تخصه فى حين ينتمى بعضها الآخر الى البيئة • كما يبدأ فى بناء تصور خاص عن نفسه فى علاقته بالبيئـة ، وتصبح لهذه الخبرات والعلاقات قيمة ايجابية أو سلبية • ولا تضاف القيم الى صورة الذات كنتيجة للخبرة المباشرة بالبيئة فحسب ، بل

قد تؤخذ هذه القيم عن الآخرين ويدركها الشخص كما لو كان قــد خبرها بنفسه مباشرة •

١٠ — « **القيم المرتبطة بالخبرات والقيم التى تشكل جزءاً من بناء الذات هى فى بعض الحالات قيم يخبرها الكائن الحى بصــورة مباشرة ، وفى بعض الحالات قيم يأخذها عن آخــرين ولكن تدرك بصورة مشوهة كما لو كانت خبرت بطريقة مباشرة** » • فيعانى الطفل الذى عاقبه والداه على فعل يراه مصدر لذة صراعا بين رغبــة فى اجتلاب اللذة ورغبة فى تجنب الألم ، مما يضطر الطفل الى مراجعة صورة ذاته ومجموعة القيم لديه ، وتؤدى هذه المراجعة الى تشويه قيم الطفل ومشاعره • وتخف حدة الصراع بين القيم بتقبل الوالدين لقيم طفلهما ، ولو كانا لا يوافقانه عليها • وفى هذه الحالة يختفى عند الطفل كل تهديد لصورة ذاته ويصبح بامكانه أن ينمى ذاتا صحيحة البناء خالية من كل انكار أو تشويه للخبرات •

١١ — « **تتحول خبرات الفرد التى تحدث فى حياته (أ) الى صورة رمزية تدرك وتنظم فى علاقة ما مع الذات ، أو (ب) يتجاهلها الفرد حيث لا تدرك لها علاقة ببناء الذات ، أو (جـ) يحال بينها وبين الوصول الى صورة رمزية أو تعطى لها صورة رمزية مشوهة لأنهــا لا تتسق مع بناء الذات** » • وتسلم هذه القضية بأن الادراك انتقائى ويتحدد بمحك أساسى هو مدى اتساق الخبرة مع صورة الذات لدى الفرد فى أثناء عملية الادراك •

١٢ — « **تتسق معظم الطرق التى يختارها الفرد لسلوكه مــع مفهومه عن نفسه** » • وبناء على هذه القضية فان أحسن طريقةلاحداث تعديل فى السلوك هى باحداث تغيير فى مفهوم الذات ، وهذا هــو ما تحاوله نظرية « العلاج المتمركز حول العميل » حيث انه علاج متمركز حول الذات •

١٣ — « **قد يصدر السلوك عن خبرات وحاجات عضوية لم تصل الى مستوى التعبير الرمزى ، وربما لا يتسق هذا السلوك مع بنــاء الذات ، وفى مثل هذه الحالات لا يكون السلوك منتميا للفــرد** » •

عندما نأخذ القضيتين ١٢ ، ١٣ معا فى اعتبارنا يتبين لنا أن روجرز يبرز وجود جهازين لتنظيم السلوك ، الذات والكائن الحى • وقد يعمل هذان الجهازان معا فى تعاون وانسجام أو يعارض كل منهما الآخر فتكون النتيجة توترا وسوء توافق كما سيتبين فى القضية ١٤ ، أما اذا عملا معا وتكون النتيجة تكيفا صحيحا كما توضح القضية ١٥•

١٤ — « ينشأ سوء التوافق النفسى حين يمنع الكائن الحى عددا من خبراته الحسية والحشوية ذات الدلالة من بلوغ مرتبة الوعى ، ويؤدى هذا بدوره الى الحيلولة دون تحول هذه الخبرات الى صور رمزية والى عدم انتظامها فى جشطالت بناء الذات ، ويسبب مثل هذا الموقف قدرا كبيرا أو أساسيا من التوتر النفسى » •

١٥ — يتوافر التوافق النفسى عندما يصبح مفهوم الذات فى وضع يسمح لكل الخبرات الحسية والحشوية للكائن الحى بأن تصبح متمثلة فى مستوى رمزى وعلى علاقة ثابتة ومتسقة مع مفهوم الذات » فبمثل ما لفرويد من « هو » و « أنا » وليونج من « شعور » و «لا شعور» ، فان لروجرز أيضا جهازين هما «الكائن الحى» و «الذات» وقد يعارض كل منهما الآخر • وقد يمنع الكائن الحى بعض الخبرات التى لا تتسق مع الذات من أن تصبح شعورية ، كما أن الذات لديها القدرة على اختيار الخبرات التى تتسق مع بنائها •

١٦ — « تدرك أية خبرة لا تتنسق مع تنظيم أو بناء الذات كتهديد ، وكلما زاد هذا النوع من المدركات ازداد الجمود فى تنظيم بناء الذات حتى يتسنى له المحافظة على بقائه » • فتقيم الذات دفاعاتها ضد الخبرات المهددة عن طريق انكارها على مستوى الشعور وهى اذ تفعل ذلك تزيد صورة الذات تباعدا عن واقع الكائن الحى • وهكذا تنقطع الصلة بين الذات والخبرات الفعلية للكائن الحى ، وينشأ التوتر نتيجة للمعارضة المتزايدة بين الواقع والذات ، وينتج عن ذلك أن يزداد سوء توافق الفرد •

ويمكن ازالة حدة هذا الموقف من خلال « العلاج المتمركز حول

العميل » حيث يمكن احداث التكامــل المتناسق بين الذات والكائن الحى •

١٧ — « فى ظل ظروف خاصة تتضمن أساسا استبعاد أىتهديد للذات ، يصبح ادراك الخبرات التى لا تتسق مع مفهوم الذات أمرا ممكنا ، كما يمكن مراجعة بناء الذات بشكل يسمح بتمثل هذه الخبرات وجعلها متضمنة فى بناء الذات » •

ففى العلاج المتمركز حول العميل يجد الشخص نفسه فى موقف خال من كل تهديد بسبب تقبل المعالج له ، مما يشجعه على الكشفعن الجوانب اللاشعورية فى ذاته ورفعها الى مستوى الوعى •

١٨ — « عندما يدرك الشخص ويتقبل كل خبراته الحسية والحشوية فى شكل متسق ومتكامل فانه يصبح بالضرورة أكثر تفهما للآخـــرين وأكثر تقبلا لهم كأشخاص منفصلين » • فعندما يتقبل الشخص مشاعره الذاتية الجنسية والعدوانية فانه يصبح أكثر احتمالا لتعبير الآخرين عن هذه المشاعر ، وتكون النتيجة أن تتحسن علاقاته الاجتماعية وتقــل احتمالات التعرض للصراعات الاجتماعية •

١٩ — « عندما يدرك الشخص ويتقبل فى بناء ذاته المزيد من خبراته العضوية يكتشف أنه يستبدل جهاز القيم الحالى لديه — وهو قائم أساسا على ما استدمجه عن الآخرين وأعطى له صورة رمزيـــة مشوهة — بعملية تقييم متصلة ومستمرة » • فحتى يتحقق للفـــرد توافق صحى متكامل لابد له من أن يقيم خبراته باستمرار حتى يحدد ما اذا كانت هناك ضرورة لاحداث تعديل فى بناء القيم • فان وجود مجموعة ثابتة من القيم يمنع الفرد من الاستجابة الفعـــالة للخبرات الجديدة • ولا بد من أن يكون الفرد مرنا حتى يصبح بامكانه أن يتكيف تكيفا مناسبا لظروف الحياة المتغيرة •

* * *

● **وجهــة نظــر :**

بعد هذا العرض الموجز للنظريات المختلفة للشخصية ، ومناقشة الآراء والمدارس الفكرية المختلفة التى تعرضت لبحث هذا الموضوع الحيوى الهام ، يبدو من المعقول — من وجهة نظر الباحث — عقــد مقارنة سريعة بين أهم النظريات • ولا شك فى أن النظرية لا تعتبر مفيدة الا اذا جعلت هدفها من دراسة الظواهر البحث عن الأســباب أو العوامل الفعالة التى تعتبر مسئولة عن حدوث تلك الظواهر • وقد سار « فرويد » فى منهجه متبعا الأسلوب العلمى فى التفكير من حيث ارتباط الأسباب بالمسببات فى علاقات وظيفية تجعل من الثانية محصلة للأولى • كما وجهت نظرية التحليل النفسى الأنظار الى الأســلوب التكوينى أو التطورى الذى يبحث فى ثنايا الماضى عن عوامل فعــالة فى الحاضر ، ويفسر الحاضر فى ضوء التاريخ التطورى له • ومن شأن هذه النظرة أن تجعل من السلوك والشخصية ظاهرة ديناميكية ، وهى شىء قد أصبح متفقا عليه الآن • ولا يتم استكمال هذا الأسلوب العلمى الا اذا نظرنا الى التاريخ الماضى للشخصية فى صورة أحداث مادية معينة محددة يتعرض لها الفرد فى حياته الأولى وتؤثر على سلوكه مستقبلا • وهذا هو ما فعلته « نظرية التعلم » ، فلقد أرجعت أحداث الطفــولة المبكرة الى نظم محــددة من الثواب والعقاب والاحبــاط والتثبيط ، يتعرض لها الطفل فى حياته الأولى ، وهذه النظم يحددها نوع الثقافة التى يعيش فيها الفرد • وتتمثل هــذه النظم فى القيم والاتجاهات والأهداف التى تسود المجتمع وتؤثر فى نوع معامــلة الأبوين للطفل • ومن شأن تحديد العوامل الفعــالة التى تؤثر فى شخصية الطفل وسلوكه أن تفتح آفاقا واسعة أمام البحث العلمى •

ومن الناحية المادية أو الوضعية ، نجد أن النظرية الناجحة هى تلك التى تصنف ظواهرها تصنيفا شاملا مفيدا من وجهة النظر العلمية • والواقع أن أغلب النظريات التى عرضنا لها قد أسهم فى مثل هــذا التصنيف لمادة الشخصية • فنظرية السمات ونظرية التحليل النفسى

ونظرية الذات — على سبيل المثال — قد نظرت الى الشخصية من زوايا مختلفة وجاءتنا بمادة يمكن أن توضع فى تصنيف أكثر شمولا مما جاءت به كل نظرية على حدة • هذا بالاضافة الى أن الحقائق التى تعبر عنها هذه النظريات تمثل متغيرات هامة ومفيدة من الناحية العلمية •

واذا نظرنا الى التنظيم الشخصى للفرد على أنه تنظيم فريد خاص به ، وفى الوقت نفسه يشترك فيه مع الآخرين فى نواح معينة ، فاننا نستطيع حينئذ الافادة من جميع الحقائق التى أمدتنا بها النظريات المختلفة للشخصية • فنستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج التحليل النفسى عن الخبرات اللاشعورية وعن الصراع بين الخبرات المختلفة • ونستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج السمات عن الصفات المختلفة للسلوك الظاهرى ، كما يمكن الافادة من نظرية الذات بما أمدتنا به من حقائق عن الذات • وأخيرا نستطيع أن ننظر الى هذه الحقائق جميعا من وجهة نظر سلوكية كما تشير بذلك نظرية التعلم • وبهذا نتلافى الأخطاء التى قد تجرنا اليها المناهج التى تعتبر الشخصية شيئا جامدا موروثا أو غريزيا ، مما قد يعطل الفهم ولا يساعد على التنبؤ •

وعند دراسة الشخصية أو علاجها — يميل الكاتب الى عدم التحيز الى وجهة نظر بعينها ، بل يفضل استخدام « الطريقة الانتقائية » (الجذرية) (Eclectic Approach) حيث يستفاد من العلوم الانسانية والخبرات المختلفة فى دراسة الشخصية ، على أساس أن الشخصية تتضمن مستويات وظيفية متكاملة من النواحى البيولوجية والسيكلوجية والاجتماعية • وقد استند الكاتب فى هذا الرأى الى خبرة سنوات طويلة فى مجال تأهيل المعوقين ، حيث تعتمد فلسفة التأهيل على « مفهوم الفريق » (Team Concept) فى علاج وتأهيل الحالات • ويتضمن فريق التأهيل الخبرات المختلفة فى نواحى الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وما يرتبط بها من المعارف الأخرى •

● **أنماط الشخصية في القرآن :**

حاول المفكرون في عصور التاريخ المختلفة ، كما حاول علماء النفس في العصر الحديث ، دراسة أوجه التشابه وأوجه الخلاف بين شخصيات الناس ، وقاموا بعدة محاولات لتصنيف الناس الى عدة أنماط من الشخصية ، يتميز كل نمط منها بمجموعة معينة من الصفات المميزة • ان تصنيف الناس الى أنماط ، انما هي محاولة تساعد على وصف الناس وتفسير سلوكهم •

واننا نجد في القرآن الكريم تصنيفا للناس على أساس العقيدة الى ثلاثة أنماط هي : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون • ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التي تميزه عن النمطين الآخرين • وتصنيف القرآن للناس على أساس العقيدة يتمشى مع أهداف القرآن من حيث هو كتاب عقيدة وهداية ، كما أن هذا التصنيف يشير الى أهمية العقيدة في تكوين شخصية الانسان ، وفي تحديد سماته المميزة له ، وفي توجيه سلوكه على نحو معين خاص يتميز به • كما يشير هذا التصنيف أيضا الى أن العامل الأساسي في تقييم الشخصية في نظر القرآن هو « العقيدة » (٣٩) •

والانسان كائن « معتقد » بالطبع ، ومعنى ذلك أنه خلق على أن يكون ذا عقيدة في صحة شيء وفي بطلان آخر • فمنذ وجد الانسان على ظهر البسيطة تسامى بنفسه ليستشرف على قوة أكمل من قوته ، يدين لها بالخوف والحب والطاعة ، وهو ما يعبر عنه « بالعاطفة » ، ولعلها أسبق العواطف التي غرست في النفس الانسانية •

وعندما عرض القرآن النماذج المختلفة للانسان من ناحية العقيدة في مطلع سورة البقرة ، ذكر المؤمنين في أربع آيات ، ومواجهيهم الكفار في آيتين ، ثم فضح الفئة التي فقدت انسانيتها — لأنه لا قضية لها — في ثلاث عشرة آية ، كشفت تناقض هذا النموذج من الناس

---

(٣٩) محمد عثمان نجاتي . **القرآن وعلم النفس** : القاهرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٢ ، ٢١٣ .

مع نفسه ومجتمعه ، بحيث استحق اسم « المنافقين » • وقد أفرد القرآن الكريم كل نموذج فى العقيدة بسورة سماها باسمها ، فهناك سورة « المؤمنون » ، وسورة « المنافقون » ، وسورة « الكافرون » •

لقد وصف القرآن الكريم كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة بسمات خاصة يعرف بها ، ويتميز بهـا عن النمطين الآخرين من النـاس • وسنحاول فيما يلى أن نذكر أهم السمات التى يتميز بها كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة من الناس كما ورد فى القرآن الكريم ، وسماتها الفرعية :

أولا — المؤمنون :

اذا جمعنا سمات المؤمنين التى وردت فى القرآن الكريم وحاولنا تصنيفها لأمكن أن نصنفها الى تسـعة مجالات رئيسية من مجـالات السلوك هى (٤٠) :

١ — **سمات تتعلق بالعقيدة :** الايمان بالله ، وبرسله ، وكتبه ، وملائكته ، واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ، والجنـة والنار ، والغيب ، والقدر •

٢ — **سمات تتعلق بالعبادات :** عبادة الله ، وأداء الفرائض من صلاة وصيام وزكاة وحج وجهاد فى سبيل الله بالمال والنفس ، وتقوى الله وذكره دائما ، واستغفاره ، والتوكل عليه ، وقراءة القرآن •

٣ — **سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية :** معاملة الناس بالحسنى ، الكرم والجود والاحسان ، التعاون ، الاتحاد والتماسك ، الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، العفو ، الايثار ، الاعراض عن اللغو ، حب الخير ، اغاثة الملهوف •

٤ — **سمات تتعلق بالعلاقات الأسرية :** اطاعـة الوالدين والبر بهما ، الاحسان بالوالدين وبذى القربى ، حسن المعاشرة بين الأزواج ، رعاية الأسرة والانفاق عليها ، التنشئة السليمة للأبناء •

---

(٤٠) محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** ، القاهـرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٤ ، ٢١٥ •

٥ — **سمات خلقية :** الصبر ، الحلم ، الصدق ، العدل ، الأمانة ، الوفاء بالعهد ، العفة ، التواضع ، القوة فى الحق ، عزة النفس ، قوة الارادة ، التحكم فى أهواء النفس •

٦ — **سمات انفعالية وعاطفية :** حب الله ، الخوف من عذاب الله ، الأمل فى رحمة الله ، حب الناس ، كظم الغيظ والتحكم فى انفعال الغضب ، عدم الاعتداء على الغير ، عدم حسد الآخرين ، الرحمة، لوم النفس والشعور بالندم عند ارتكاب ذنب ما ، عدم الغرور •

٧ — **سمات عقلية ومعرفية :** التفكير فى الكون وخلق الله ، طلب المعرفة والعلم ، عدم اتباع الظن وتحرى الحقيقة ، حرية الفكر والعقيدة •

٨ — **سمات تتعلق بالحياة العملية :** الأخلاص فى العمل واتقانه، السعى بنشاط وجد فى سبيل كسب الرزق •

٩ — **سمات بدنية :** القوة ، الصحة ، النظافة ، الطهارة •

ومن الآيات الكريمة فى هذا المجال :

● **« ذلك الكتاب لا ريب فيه هدى للمتقين • الذين يؤمنون بالغيب ويقيمون الصلاة ومما رزقناهم ينفقون • والذين يؤمنون بما أنزل اليك وما أنزل من قبلك وبالآخرة هم يوقنون • أولئك على هدى من ربهم ، وأولئك هم المفلحون » •** (البقرة : ٢ — ٥)

● **« قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون • والذين هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون • والذين هم لفروجهم حافظون • الا على أزواجهم أو ما ملكت أيمانهم فانهم غير ملومين • فمن ابتغى وراء ذلك فأولئك هم العادون • والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون • والذين هم على صلواتهم يحافظون » •** (المؤمنون : ١ — ٩)

● **« انمــا المؤمنون الذين آمنوا بالله ورســوله ثم لم يرتابوا وجاهدوا بأموالهم وأنفسهم فى سبيل الله ، أولئك هم الصادقون »** •
(الحجرات : ١٥)

● **« انما المؤمنون الذين اذا ذكر الله وجلت قلوبهم واذا تليت عليهم آياته زادتهم ايمانا وعلى ربهم يتوكلون »** • (الأنفال : ٢)

● **« آمن الرسول بما أنزل اليه من ربه والمؤمنون ، كل آمن بالله وملائكته وكتبه ورسله لا نفرق بين أحد من رسله ، وقالوا سمعنا وأطعنا ، غفرانك ربنــا واليك المصير »** • (البقرة : ٢٨٥)

● **« انما المؤمنون اخــوة فأصلحوا بين أخويكم ، واتقوا الله لعلكم ترحمون »** • (الحجرات : ١٠)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « المؤمن من أمنه المؤمنون على أنفسهم وأموالهم » •
(أحمــد)

— عن أبى موسى رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » وشبك بين أصابعــه • (متفق عليه)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليــه وسلم قال : « لا يلدغ المؤمن من جحر واحد مرتين » • (متفق عليه)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رســول الله صلى الله عليــه وسلم قال : « أكمل المؤمنين ايمانا أحسنهم خلقا ، وخياركم خياركم لنسائهم » • (الترمذى)

— عن أنس بن مالك رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليــه وسلم قال : « لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه » •
(متفق عليه)

— وعن أنس بن مالك رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « انصر أخاك ظالما أو مظلوما » فقال رجل : أنصره اذا كان مظلوما أرأيت (أى أخبرنى) ان كان ظالما فكيف أنصره ؟ قال : تحجزه — أو تمنعه — من الظلم فان ذلك نصره » (البخارى)

— عن النعمان بن بشير رضى الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « مثل المؤمنين فى توادهم وتراحمهم وتعاطفهم ، مثل الجسد اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى » . (متفق عليه)

— « من أخلاق المؤمن : حسن الحديث اذا حدث ، وحسن الاستماع اذا حدث[41] ، وحسن البشر اذا لقى ، ووفاء بالوعد اذا وعد » . (الديلمى)

— « المؤمن مرآة المؤمن اذا رأى فيه عيبا أصلحه » . (البخارى)

— « لا يؤمن أحدكم حتى يكون هواه تبعا لما جئت به » . (الطبرانى)

— « لا يدخل الجنه من لا يأمن جاره بوائقه » (أى غوائله وشروره) (مسلم)

— « المؤمن كيس فطن حذر وقاف (أى متأنى) ثبت (أى شجاع) لا يعجل ، عالم ورع » [42] . (الديلمى)

* * *

---

(٤١) حدث : الاولى بفتح الحاء وتشديد الدال مع فتحها ، والثانية بضم الحاء وتشديد الدال مع كسرها .

(٤٢) الاحاديث مأخوذة عن : عز الدين بليق ، **منهاج الصالحين من أحاديث وسنة خاتم الأنبياء والمرسلين** ، بيروت : دار الفتح للطباعة والنشر ١٩٧٨ ، ص ٨٨ — ٩٢ .

ثانيا — الكافرون :

لقد أشار القرآن الكريم فى كثير من الآيات الى الكافرين ، ووصفهم بسمات رئيسية يتميزون بها ، تتلخص فى الآتى :

١ — **سمات تتعلق بالعقيدة والعبادات :** عدم الايمان بالتوحيد أو الرسل أو اليوم الآخر ، وعدم الايمان بالبعث والحساب • يعبدون من دون الله مالا ينفعهم ولا يضرهم •

٢ — **سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية والأسرية :** الظلم ، العدوان على المؤمنين فى تصرفاتهم ، النهى عن المعروف ، قطع صلة الرحم •

٣ — **سمات خلقية :** نقض العهد ، الفجور واتباع الشهوات ، الغرور ، التكبر ، الظلم ، الكذب ، عدم الوفاء بالعهد •

٤ — **سمات انفعالية وعاطفية :** كراهيتهم للمؤمنين وحقدهم عليهم وحسدهم لهم على ما أنعم الله به عليهم •

٥ — **سمات عقلية ومعرفية :** جمود التفكير والعجز عن الفهم والتعقل ، الختم والطبع على قلوبهم ، التقليد الأعمى لمعتقدات الآباء وتقاليدهم ، خداع النفس •

ان الصورة التى يرسمها القرآن الكريم لشخصية الكافرين هى أنهم لا يؤمنون بعقيدة التوحيد ، ولا بالرسل والكتب المنزلة ، ولا باليوم الآخر والبعث والحساب ، ولا بالجنة والنار • وهم يقلدون ما كان عليه آباؤهم من عبادة الأوثان • وهم أشخاص قد تجمد تفكيرهم وعجزوا عن ادراك حقيقة التوحيد التى يدعو اليها الاسلام [٤٣] •

ومن الآيات الكريمة التى ذكرت الكافرين :

● **« قل يا أيها الكافرون • لا أعبد ما تعبدون • ولا أنتم عابدون**

---

(٤٣) محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** ، القاهرة ، دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٨ — ٢١٩ •

ما أعبد • ولا أنا عابد ما عبدتم • ولا أنتم عابدون ما أعبد • لكم دينكم ولى دين » •
(سورة الكافرون)

● « وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر » •
(الكهف : ٢٩)

● « انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا » •
(الانسان : ٣)

● « والذين كفروا يتمتعون ويأكلون كما تأكل الأنعام والنار مثوى لهم » •
(محمد : ١٢)

● « لقد كفر الذين قالوا أن الله ثالث ثلاثة وما من اله الا اله واحد ، وان لم ينتهوا عما يقولون ليمسن الذين كفروا منهم عذاب أليم » •
(المائدة : ٧٣)

● « ••• ومن لم يحكم بما أنزل الله فأولئك هم الكافرون » •
(المائدة : ٤٤)

● « أن الذين كفروا سواء عليهم ءأنذرتهم أم لم تنذرهم لا يؤمنون • ختم الله على قلوبهم وعلى سمعهم » وعلى أبصارهم غشاوة ، ولهم عذاب عظيم » •
(البقرة : ٦ — ٧)

وفى الحديث النبوى الكريم :

— أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال فى حجة الوداع :
« لا ترجعن بعدى كفارا يضرب بعضكم رقاب بعض » •

— وقال صلى الله عليه وسلم : « من قال لأخيه يا كافر ، فقد باء به أحدهما ، لأنه اما أن يصدق عليه أو يكذب ، فان صدق فهو كافر ، وان كذب عاد الكفر اليه بتكفيره أخاه المسلم » •

* * *

ثالثا — المنافقون :

المنافقون هم فئة من الناس ضعاف الشخصية ومترددون لم

يستطيعوا أن يتخذوا موقفا صريحا من الايمان • وقد ذكر القرآن الكريم سماتهم المميزة لهم والتى تتلخص فى الآتى :

١ — **سمات تتعلق بالعقيدة والعبادات** : انهم لم يتخذوا موقفا محددا من عقيدة التوحيد ، فهم يظهرون الايمان اذا وجدوا بين المسلمين ، ويظهرون الشرك اذا وجدوا بين المشركين • يؤدون العبادات رياء وعن غير اقتناع ، واذا قاموا للصلاة قاموا كسالى •

٢ — **سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية** : يأمرون بالمنكر وينهون عن المعروف ، يعملون على اثارة الفتن والقلاقل بين صفوف المسلمين ، يميلون الى خداع الناس ويحسنون صناعة الكلام للتأثير على السامعين ، يكثرون من الحلف لدفع الناس الى تصديقهم ، يهتمون بمظهرهم لجذب انتباه الناس والتأثير عليهم •

٣ — **سمات خلقية** : ضعف الثقة بالنفس ، نقض العهد ، الرياء ، الجبن ، الكذب ، الخداع ، البخل ، النفعية والانتهازية ، اتباع الأهواء •

٤ — **سمات انفعالية وعاطفية** : الخوف من كل من المؤمنين والمشركين ، الجبن والخوف من الموت ، يكرهون المسلمين ويحقدون عليهم •

٥ — **سمات عقلية ومعرفية** : التردد والريبة وعدم القدرة على الحكم أو اتخاذ القرار ، عدم القدرة على التفكير السليم ولذلك وصفهم القرآن بالطبع على قلوبهم ، يميلون الى تبرير أفعالهم للدفاع عن تصرفاتهم(٤٤) •

ومن آيات القرآن الكريم التى ذكرت المنافقين :

● **« المنافقون والمنافقات بعضهم من بعض ، يأمرون بالمنكر وينهون عن المعروف ويقبضون أيديهم ، نسوا الله فنسيهم ، ان المنافقين هم الفاسقون »** • (التوبة : ٦٧)

---

(٤٤) محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** ، القاهرة ، دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ١٤٥ — ١٤٦ •

● « اذا جاءك المنافقون قالوا نشهد انك لرسول الله والله يعلم انك لرسوله والله يشهد ان المنافقين لكاذبون » . (المنافقون : ١)

● « ومن الناس من يقول آمنا بالله وباليوم الآخر وما هم بمؤمنين . يخادعون الله والذين آمنوا وما يخدعون الا أنفسهم وما يشعرون . فى قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا ، ولهم عذاب أليم بما كانوا يكذبون » . (البقرة : ٨ — ١٠)

● « بشر المنافقين بأن لهم عذابا أليما . الذين يتخذون الكافرين أولياء من دون المؤمنين ، أيبتغون عندهم العزة فان العزة لله جميعا » . (النساء : ١٣٨ — ١٣٩)

● « ان المنافقين فى الدرك الأسفل من النار ولن تجد لهم نصيرا » . (النساء : ١٤٥)

ومن الحديث النبوى الشريف فى هذا المقام :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « آية المنافق ثلاث : اذا حدث كذب ، واذا وعد أخلف ، واذا أؤتمن خان » . (متفق عليه)

— « المنافق همزة لمزة (عياب) حطمة (قليل الرحمة) لا يقف عند شبهة ولا عند محرم ، كحاطب الليل لا يبالى من أين اكتسب ولا فيما أنفق » . (الشهاب والديلمى)

* * *

● **الخلاصة :**

تتلخص الآراء المتعلقة بالشخصية التى تم مناقشتها خلال هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — فى « المدرسة الكلية » قدم « ليفين » نظرية المجال معبرا عنها بأنه لا يمكن وصف الشخص الا فى اطار علاقته ببيئته ، مع وجود حد فاصل بين الفرد والبيئة . والسلوك وظيفة المجال الذى يوجد فى

الوقت الذى يحدث فيه السلوك ، ويبدأ التحليـل بالموقف ككل ثم تتمايز بعد ذلك الأجزاء المكونة للموقف • وقدم « البورت » نظرية السمات مفترضا وجود استعدادات معينة عند الكائن الحى ، وهـذه الاستعدادات هى المسئولة عن سلوكه ، على أساس أن السمةاستعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتحدد نوعه وكيفيته • وقدم « كاتل » نظريته فى التحليل العاملى ، ويرى أن الشخصية تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وأنهـا تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو متخفيا •

٢ — وفى « المدرسة الكلية البيولوجية » أى العضوية ، قدم كل من « جولدشتين » و « مازلو » آراءه فى الشخصية • وتؤكد النظريـة العضوية بصفة عامة وحدة الشخصية السوية وتكاملها وثباتها وتماسكها ، وتبدأ بالكائن العضوى كنسق منظم ، وتفترض أن الفرد يحركه دافـع واحد رئيسى وليس مجموعة من الدوافع ، وهذا ما يسميه « جولدشتين » بتحقيق الذات ، وهو ما يحدد لحياة الانسان اتجاهها ويحقق لهـا وحدتها • ويركز جولدشتين على أن الكائن العضوى يسلك دائما ككل موحد وليس مجرد أجزاء متمايزة ، فالعقل والجسم كيانان مستقلان داخل الفرد • ويرى « مازلو » ضرورة الايمان بأن للانسان طبيعة جوهرية خاصة به ، وأن له حاجات وقدرات وميول بعضها يميزالجنس البشرى بأكمله والبعض الآخر خاص بكل فرد • وأن للانسان طبيعة فطرية خيرة فى جوهرها •

٣ — ان مدرسة « التحليل النفسى » لا تقنع بوصف ظواهـر الشخصية على النحو الذى فعلته النظريات السابقة ، بل بتفسرها على أساس من التفاعل والصراع بين قوى معينة • فالشكل النهائى للتنظيم السلوكى المميز لفرد ما — من وجهة نظر « فرويد » — هو نتاج لتفاعل أو صراع بين عوامل غريزية من ناحية ، وعوامل اجتماعية من ناحية أخرى • ويتضمن هذا عند « فرويد » ومدرسته الفكرية وجود طاقة جنسية موروثة عند الفرد ، تدخل فى صراع محتوم مع المجتمع الذى يعيش فيه ، وتصطدم بالقوة التى يفرضها ذلك المجتمـع • والفرد — وهو الكائن البيولوجى الذى يدخل فى صراع مع بيئته لا يلبث أن

تنمو عنده باقى أجهزته النفسية التى تحول الصراع الى عملية داخلية، وهذه الأجهزة هى : « الهو » و « الأنا » و « الأنا الأعلى » •

٤ — ويعبر « الفروديون المحدثون » — وعلى رأسهم أدلر ، ويونج ، ورانك ، وهورنى ، وفروم ، وسوليفان — عن آرائهم فى الشخصية على النحو التالى •• يقوم تفسير « أدلر » للشخصية على أساس أن وجود القصور البدنى لدى الفرد يؤثر على حياته فى شتى نواحيها ويزيد من شعوره بالنقص وعـدم الأمن ، وأن أهـداف المستقبل التى يتبناها الفرد تؤثر فى سلوكه الحاضر • ويرى « يونج» أن الليبيدو هو الطاقة النفسية أو طاقة الحياة ، التى تتضمن — علاوة على الجنس — الأفكار والمشاعر والرغبات والحاجات البيولوجية • وتعتبر مفاهيم يونج عن طبولوجية الشخصـية من أعم مفاهيمـه انتشارا ، وقد ميز نمطين أساسيين فى الشخصية : الانبساط والانطواء • ويعتبر « رانك » أن صدمة الميلاد رهيبة فى حيـاة الانسان ، فالأم والجنين عبارة عن وحدة واحدة ويعتبر الميلاد نهاية لهذه الوحدة • ويحتاج الفرد الى زمن الطفولة للتغلب على صدمة الميلاد ، ويسـير الطفل فى اتجاهين مختلفين : الرغبة فى التوحد مع البيئة حتى لايشعر بالخوف من الاستقلال والفردية (خـوف الحياة) ، والرغبـة فى الاستقلال والتفرد • أما « هورنى » فترى أن القلق استجابة انفعالية لخطر موجه الى المكونات الأساسية للشخصية ، وغالبا ما يصاحب القلق بعض التغيرات الفسيولوجية • ويرى « فروم » أن الشخصية مجموعة من الصفات النفسية الموروثة والمكتسبة التى تجعل من الفرد شخصا فريدا ، ويحدد خمسـة تصنيفات للشخصية وفقا السـلوك السائد هى : الشخصية التلقائية ، والشخصية الاستغلالية ، والشخصية الادخارية ، والشـخصية المتواقة ، والشخصية المنتجـة • ويركـز « سوليفان » على العلاقات الشخصية مع الآخرين ، وتكامل الكائن الحى فى الوسط الذى يعيش فيه ، وأن البقاء الانسانى يحتـاج الى تغيير وتفاعل مستمر مع البيئة •

٥ — وفى اطـار «نظرية التعلم» يقدم «دولارد» و «ميللر» أربعة

مفاهيم عامة فى عملية التعلم هى : الدافع ، الدليل ، الاستجابة ، والتدعيم • فالدافع يثير الفعل ، والدليل يتولى توجيه طبيعة الفعل أو الاستجابة ، والاستجابة مرحلة هامة فى نمو الكائن الحى ، ومتى صدرت الاستجابة فان مصيرها بعد ذلك يتحدد بناء على ما يعقبها من تدعيم أو تثبيط (انطفاء) •

٦ — وبالنسبة « لنظرية الذات » يقدم لنا « روجرز » أهم مفاهيمه عن الذات هى : مفهم الكائن العضوى (الأورجانيزم) الذى هو الفرد ككل ، ومفهوم المجال الظاهرى الذى هو مجموع الخبرات الفردية أو الخبرات فى كلياتها ، ومفهوم الذات وهى ذلك الجزء من المجال الظاهرى الذى يتكون من مجموعة من المدركات والقيم المتعلقة بالذات أو الفرد كمصدر للخبرة والسلوك • ويقسم « سينج وكومز » المجال الظاهرى الى قسمين : الذات الظاهرية ، ومفهوم الذات •

٧ — عرض القرآن الكريم نماذج وأنماط مختلفة للشخصية الانسانية من ناحية العقيدة ، وحددها فى ثلاثة أنماط من الشخصية هى : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون • ويتميز « المؤمنون » بالايمان بالله وكتبه ورسله وملائكته واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ، والجنة والنار ، والقدر ، وعبادة الله وأداء الفرائض ، وتقوى الله واستغفاره ، وحسن معاملة الناس والتمسك بالأخلاق الحميدة ، واطاعة الوالدين ورعاية الأسرة ، والصبر ، والحلم ، والعدل ، والأمانة ، والتحكم فى أهواء النفس ، وحب الله والخوف من عذابه ، والتحكم فى الانفعالات ، والتفكير فى الكون ، وحرية الفكر والعقيدة ، والاخلاص فى العمل ، والعناية بالنظافة والصحة • ويتصف الكافرون بعدم الايمان ، والظلم والعدوان ، وسوء الخلق ، والكراهية والحقد للمؤمنين ، وجمود التفكير • ويتصف « المنافقون » بعدم اتخاذ موقف محدد من عقيدة التوحيد ، والرياء فى أداء العبادات ، وضعف الثقة بالنفس ، والجبن ، والكذب والخداع ، وكراهية المسلمين والحقد عليهم ، والتردد والريبة ، وعدم القدرة على اتخاذ قرار ، والميل الى التبرير للدفاع عن تصرفاتهم •

* * *

الفصـــل الثـالـث

مَـلاَمِحُ ٱلشَّخْصِيَّةِ ٱلسَّوِيَّـةِ

يشمل النمو النفسى تلك المراحل التى يمر بها الفرد فى سنى حياته المختلفة ، وتنمو فيها انفعالاته ورغباته واستعداداته ، وتستكمل خلالها شخصيته ، ويتم هذا فى اطار صحته النفسية بوجه عام • وتبدو مظاهر النمو النفسى فى النواحى الآتية :

١ ــ التكيف •

٢ ــ اشباع الحاجات الأساسية •

٣ ــ تحقيق الشخصية السوية •

وسنناقش كل عنصر من هذه العناصر باختصار [١] •

أولا ــ التكيف :

ليس هـذا مجال مناقشة التكيف باسهاب ، حيث سـنتناوله باسهاب فيما بعد • فالتكيف عملية ديناميكية مستمرة يستهدف بهـا الشخص تعديل سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا مع بيئته • ويمكن القول بأن التكيف هو القدرة على ايجاد العلاقات المشبعة بين الفرد وبيئته ، سواء أكانت هذه البيئة طبيعية أو ثقافية أو اجتماعية • وهناك عوامل أساسية لها أكبر الأثر فى احداث التكيف لدى الأفراد ، ومن أهمها :

١ ــ توافر المهارات اللازمة لدى الفرد لاشباع حاجاته الأساسية •

٢ ــ أن يعرف الانســان نفسه ، ويتضمن هــذا : أن يعرف الحدود والامكانات التى يستطيع بها أن يشــبع حاجاته ، وأن يــدرك قدراته واستعداداته ومهاراته •

٣ ــ أن يتقبل الانسان ذاته بواقعية •

٤ ــ المرونة والتوافق بالنسبة للمؤثرات المختلفة •

٥ ــ المسالمة وتجنب الصراع •

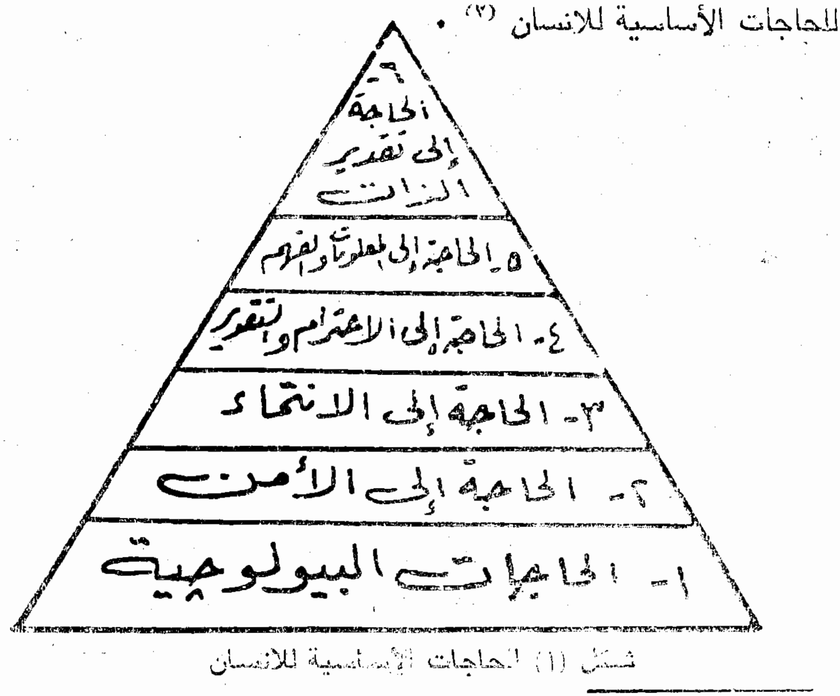
---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : **الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى** • القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ١٢ ــ ١٥ .

ثانيا — اشباع الحاجات الأساسية :

لكى ندرك أهمية الدور الذى يقوم به العمل فى حياة الفرد يجب أن ندرك أولا الحاجات الأساسية للفرد • فلقد اتضح خطأ الفكرة القديمة القائلة بأن الانسان يعمل لمجرد الحصول على القوت ؛ ويكفى للتدليل على خطأ هذه الفكرة أن نذكر أنه كان من الواجب — تصديقا لهذا الرأى — أن يقف العمل وينتهى بمجرد حصول الفرد على ما يسد رمقه ، ولكن الانسان لم يقم ببناء حضارته بهذه الوسيلة البسيطة التى تستهدف مجرد الحصول على القوت • ولقد أثبتت دراسات الروح المعنوية فى الصناعة أن العمل ينطوى على أشياء كثيرة بالنسبة للفرد بخلاف الحصول على أجر •

ومن وجهة النظر المهنية ، فقد نظمت الحاجات الأساسية بطريقة هرمية بالنسبة لقوة هذه الحاجات وفاعليتها • ويلاحظ أن كل حاجة من الحاجات الأساسية لا تعلن عن وجودها الا اذا أشبعت الحاجة التى تسبقها فى الترتيب الهرمى • ويوضح الشكل رقم (١) الترتيب الهرمى للحاجات الأساسية للانسان [٢] •



شكل (١) الحاجات الأساسية للانسان

(٢) Maslow, A., **Motivation and Personality.** New York : Harper, 1954, 12.

ثالثا ـ تحقيق الشخصية السوية :

ان ما يميز الشخصية السوية عن الشخصية المضطربة أو المنحرفة ليس هو شكل السلوك أو الأفعال نفسها التى تصدر عن الفرد وانما وظيفة هذا السلوك أو ما يحققه من أغراض وأهداف • فالسلوك السوى هو الذى يحقق مواجهة واقعية للمشكلات أو الصراع وليس هروبا منها • وبمعنى آخر فان الشخصية السوية المتكاملة هى التى يتميز سلوكها بأنه واقعى بناء وليس سلوكا هروبيا هداما • واذا سلمنا بأن التكامل هو أدل الشىء لوظيفته وأن هذه الوظيفة تحددها طبيعة الشىء الذى يؤديه ، كان معنى ذلك أن السلوك يعتبر سويا أو متكاملا أو متكيفا بمقدار ما يعكسه هذا السلوك من خصائص الانسان ومميزاته الطبيعية التى يمتاز بها عن غيره من أعضاء المملكة الحيوانية •

ويشترك الانسان مع الحيوان فى كثير من الصفات ، الا أن تكامله لا يقوم على تنمية هذه الصفات التى يشترك فيها مع باقى أعضاء المملكة الحيوانية ، بل على تحقيقه للامكانيات التى ينفرد بها والتى تميزه عن سائر الحيوانات • وأولى تلك الامكانيات هى قدرة الانسان على الكلام •• فالانسان يستطيع أن يستخدم اللغة ليتذكر، أو ليسترجع الحوادث والأحداث الماضية ، وليعالج الأشياء الملموسة وغير الملموسة ، وليسقط خبرته الماضية على المستقبل ، وبمعنى آخر يستطيع أن يعالج الأمور والأشياء على مستوى تخيلى • وهذه القدرة الرمزية هى التى تجعل الانسان يفكر فى الماضى وفى الحاضروالمستقبل غير الحسى ، وتساعده قدرته اللغوية على أن يتعلم من خبراته ومن خبرات الآخرين الذين سبقوه مع اختلاف الزمان والمكان ، كما تساعده على أن يتنبأ بما يمكن أن يترتب على سلوكه الخاص قبل أن يسلك وأن يكون له مثل عليا وقيم يسلك على أساسها •• هنالك اذن صفات ثلاث أساسية تعتمد على استخدام الرموز اللغوية وتميز الانسان عن غيره من الكائنات الحية ، وهذه الصفات هى : القدرة على الاستفادة من الخبرة السابقة ، والتحكم فى السلوك بناء على التنبؤ بنتائجه قبل

وقوعها ، وأخيرا القدرة على استحضار ما ليس له وجود فى الواقع الملموس •

وهناك مجموعة أخرى من الصفات المميزة للانسان ، وهى تلك التى تتعلق بفترة طفولته الطويلة ، تلك الفترة التى يظل فيها مدة من الزمان معتمدا على غيره من الكبار بحيث لا يستطيع أن يشبع حاجاته الأساسية الا عن طريق الكبار المحيطين به • ويتكون عند الطفل خلال هذه المرحلة الطويلة اتجاهان مهمان : الاتجاه الأول هو أن استمرار بقائه واشباعه لحاجاته الأساسية لا يمكن أن يتحقق الا عن طريق اعتماده على غيره ، والاتجاه الثانى هو أن الانتقال الى مرحلة الرشد والتمتع بحقوق الكبار واتخاذ مكانتهم يرتبط باستمرار بتحمل المسئولة والعمل على اشباع حاجات الآخرين • والنقطة الهامة هنا هى أنه مهما يكن نوع المجتمعات التى يعيش فيها الأفراد فانهم لا بد أن يعتمدوا بعضهم على البعض الآخر ، سواء أكان ذلك على مستوى علاقة الآباء بالأبناء أو على مستوى العلاقات الاجتماعية • وهذا النمط المميز للحياة الانسانية هو الذى يضفى عليها الصفة الاجتماعية ، تلك الصفة التى يتميز بها الانسان عن سائر أعضاء المملكة الحيوانية •

هذه هى الامكانيات التى يتميز بها الانسان عن غيره من الحيوانات وعلى أساس هذا التحديد للامكانيات الانسانية يمكن أن نقدم مفهوما واضحا للشخصية السوية ، وأن ندرك معنى السلوك السوى الايجابى المتكامل بطريقة مفيدة ومثمرة • فاننا نستطيع أن نستنبط من هذه الخصائص التى تتميز بها الطبيعة الانسانية صفات معينة ، لو تحققت فى أحد الأشخاص أو أمكن غرسها فيه بطريقة ما ، لكان هذا الشخص هو ما نعنيه عندما نتحدث عن الشخص السوى ، ولكان سلوكه هو ما نقصده عندما نتكلم عن السلوك المتكامل •

* * *

● المميزات السلوكية للشخصية السوية :

تتميز الشخصية السوية بالمميزات السلوكية الآتية[٣] :

---

(٣) محمد عماد الدين اسماعيل : **الشخصية والعلاج النفسى** • القاهرة مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣٢ — ١٤٩ •

١ ـ القدرة على التحكم في الذات :

من الواضح أنه كلما نمت عند الفرد القدرة على التفكير الرمزى الموضوعى ـ التى على أساسها يستطيع أن يتنبأ بنتائج الأشياء قبل حدوثها ـ ازدادت بالتالى قدرته على التحكم فى سلوكه عن طريق توقع النتائج التى يمكن أن تترتب عليه فى المدى البعيد .

٢ ـ تحمل المسئولية وتقديرها :

يستمد الشخص السوى قدرته على الضبط والتحكم فى سلوكه من تقديره الشخصى للأمور تقديرا مبنيا على موازنة النتائج وتمحيصها. وكلما زادت القدرة على الضبط الذاتى كلما قلت الحاجة الى الضبط الصادر من سلطة أخرى خارجية . والشخص السوى هو الذى يعتبر نفسه مسئولا عن أعماله ويتحمل هذه المسئولية عن طيب خاطر .

٣ ـ التعـــاون :

ان اعتماد الناس بعضهم على البعض الآخر وخاصة فى المجتمع المعاصر هو جزء أساسى من حياتهم الاجتماعية . وعلى هذا الأساس يصبح الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يحقق هذه الطبيعـة الاجتماعية ، وهو الذى يعتمد عليه الآخرون ، كما أنه يقر فى الوقت نفسه بحاجته الى الآخرين .

٤ ـ القدرة على الثقة المتبادلة :

ان اعتراف الشخص بحاجته الى الآخرين يتضمن أيضا القدرة على تكوين علاقات شخصية وثيقة بهم ، أى علاقات مبنية على الثقة المتبادلة . وهذه الصفة الهامة للشخصية السوية هى التى يمكن أن نعبر عنها بالقدرة على المحبة والود . فالشخص السوى هو الذى يستطيع أن يقيم علاقات مع الآخرين أساسها المحبة والود والتفاهم والاحترام والثقة المتبادلة .

٥ ـ الانســانية :

الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يبذل وأن يمنح كمـا

يستطيع أن يأخذ ، سواء أكان ذلك مع أسرته أو أصدقائه أو زملائه أو مرؤوسيه ، وسواء أكان ذلك فى جماعات يعرفها وينتمى اليها أو مع جماعات أخرى ، مع جماعات يتفق معها فى الرأى والعقيدة أو مع جماعات يختلف معها فى الاتجاهات والأفكار • فالانسان مهما كانت حاله فانه مدين للانسانية بوجوده وقدرته على الكلام والحركة والتمتع بنتائج العقول والأفكار التى سبقته وأثرت على نوع الثقافة التى يعيش فيها • ان الانسان مدين بكل هذا الى الانسانية جمعاء ، التى لولاها ما كانت حضارته بجميع مظاهرها • ومن شأن هذا كله أن يجعل على الانسان واجبا لابد أن يؤديه للمجتمع الانسانى الكبير الى جانب مجتمعه الصغير • ولهذا كان من الطبيعى أن نتصور الشخصية السوية المتكاملة بأنها تلك التى تسهم فى خدمة الانسانية جمعاء ، وأن تفعل ذلك فى حدود امكانياتها •

٦ — الديمقراطيـة :

ان الشخص السوى هو الذى يعمل للانسانية جمعاء ، كذلك فان الشخص السوى هو الديمقراطى • ففكرة الديمقراطيـة — كفكرة الانسانيـة — ترتبط ارتباطا وثيقا بمفهـوم الشخصية السـوية • فالديمقراطية ليست سوى العناية بالآخرين والاهتمام بهم ووضع قيمة الانسان فوق قيمة الأشياء ، والسعى الى ايجاد علاقات مثمرة مع أى قوم من الناس والعمل على خلق التفاهم وتبادل الرأى والمشـورة والمساعدات بينهم • وان البعد عن هذه الأهداف معناه — فى الواقع — الخوف من الناس والحد من امكانية انشاء الصداقات ، كما يعنى أيضا امكانية السيطرة على الآخرين ، وبذلك تتعرض القيم الانسانية للخطر فتنعدم الثقة بين الناس وينعدم التعاون •

٧ — مستوى الطموح :

الشخص السوى هو الذى يضع نصب عينيه مثلا ومستويات يسعى للوصول اليها ، حتى لو كانت فى بعض الأحيان بعيدة المنال • فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل معناه الجهاد والعمل

المستمر طبقا لخير ما يمكن أن يتصوره الفرد من مبادىء • ولكى يتحقق هذا يجب أن تكون الأهداف واقعية وفى اطار امكانيات الفرد ، حتى لا يتعرض للشعور بالاحباط والاخفاق والفشل •

ان هذا النموذج الذى رسمناه للشخصية السوية — باعتبار أنها الشخصية التى تتميز بالقدرة على ضبط الذات وتوجيهها وتحمل المسئولية الذاتية والمسئولية الاجتماعية واعتناق المبادىء الانسانية والقيم الاجتماعية الديمقراطية — لا يتضمن تصور الشخصية السوية فى سعادة دائمة ، أو أنها الشخصية الخالية من الصراع ، أو الشخصية التى تعيش دون مشاكل • فالشخص السوى قد يعجز أحيانا عن تحقيق أهدافه ، وقد يدفعه جهله بالعالم المعقد الذى يعيش فيه والضغوط التى يواجهها الى اتخاذ أسلوب غير ملائم من السلوك ، كما لا تخلو تماما من الخوف أو القلق أو الصراع • فمفهوم الشخص السوى اذن لايتضمن الخلو التام من الخوف أو القلق أو الصراع ، بل ان الذى يميز السوى عن غيره هو طريقة مواجهة الصراع والمخاوف والقلق وليس الخلو منها • والشخص السوى هو الذى يتعلم أن يواجه صراعه واخفاقه بالحكمة بدلا من الشعور بالعداوة الشديدة أو الخوف أو الانطواء ، وهو الشخص الذى يتمتع بدرجة عالية من احترام الذات ومن اجتذاب الآخرين نحوه وحصوله على حبهم وتقديرهم اياه • وأخيرا فان التوافق المتكامل الذى يميز سلوك الشخص السوى لا يعنى أن يسلك الشخص طبقا لمواصفات جامدة يتعين عليه اتباعها كما هى دون تصرف • فسلوك الأفراد متنوع ومتعدد الى حد كبير ، ويتطلب كل ظرف تصرفا مناسبا كما يتطلب كل زمان ومكان مايلائمه من السلوك • ويعتبر الشخص سويا فى تصرفاته وفى سلوكه بالدرجة التى يحقق بها سلوكه الامكانيات التى يتميز بها الانسان عن غيره من الكائنات ألا وهى الامكانيات الرمزية والامكانيات الاجتماعية •

وهناك العديد من الآراء التى حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها ••

١ — فقد حاول « روجرز » [٤] مؤسس مدرسة « الارشاد النفسى المتركز حول العميل » أن يوضح الخصائص العامة للشخصية السويـــة والتى تتلخص فيما يأتى :

(أ) أن يكون الشخص متفتحا ومتقبلا لخبرته مهما كان نوعها ، بمعنى ألا ينكر الفرد أو يشوه أى ادراك حسى أو انطباعات من أجل تجنب خبرة مهددة لتكـــوين ذاته ، بل انه يسعى الى ادراك خبراته الداخلية مهما كانت غير سارة •

(ب) أن يعيش الانسان بقناعة ذاتية بأن كل لحظة من الخبرة تعنى شيئا جديدا • وهذا يعنى أن لدى الشخص شعوراً داخلياً بأن يتحرك وينمو وبأنه لا توجد لديه تصورات مسبقة عما سيكون عليه أخيرا كشخص •

(ج) أن يجد الشخص فى تركيبه وسيلة موثوقا بها للوصول الى السلوك الأكثر اشباعا فى مواقف الحياة الواقعية • وأنه يفعل مايشعر بأنه الصواب من وجهة نظره ومن تكوين ذاته المعتمد على خبراته •

وهذه الخصائص والصفات تجريبية ، وليست صورا من قبيل التمنى • وقد وصل « روجرز » الى هذه الخصائص من واقع خبرته وتجـــاربه الاكلينيكية فقــد لاحظ أشخاصا غـــير سعداء ويشـــعرون بالتعاسة فى حياتهم ، وعندما استخدم معهم وسائل الارشادالنفسى غير المباشر لاحظ التغير الذى طرأ على شخصياتهم عندما تصـــبح الظروف طيبة [٥] •

٢ — يرى « سوليفان » [٦] بأن الدراسة المحببة للطب النفسى ليست دراسة الشخص كما هو ، بل من حيث علاقاته مع الآخرين • ويرى « سولفيان » أن الشخص يعبر عن الشخصية السوية الى المدى الذى يصبح فيه واعيا بعلاقاته الشخصية المتبادلة • ويعنى ذلك أن

---

(٤) Rogers, G., **Counseling and Psychotherapy.** Boston, Mass : Houghton - Mifflin, 1942, 11 .

(٥) Rogers, G. ; Ibid, 1 .

(٦) Sullivan, H. ; **The Interpersonal Theory of Psychiatry.** New York : Norton. 1953, p.p. 110 - 111 .

الشخص يحقق الشخصية السوية اذا كانت معتقداته عن نفسه وعن الآخرين دقيقة • وعن طريق المعتقدات والمعلومات الدقيقة يستطيع الشخص أن يحصل على اشباع وأمن دائمين يراها « سوليفان » كغايات أو أهدافا رئيسية للسلوك • ويرمز الاشباع — فى رأى سوليفان — — الى اشباع الحاجات البيولوجية ، ويرمز الأمن الى الحصول على استجابات من الآخرين حاملة لمعانى المحبة والمكانة والتقدير منهم للشخص •

٣ — ويرى « ايريك فروم » [٧] أن الشخصية السوية تتحقق الى المدى الذى يظهر فيه الشخص اتجاها منتجا • والاتجاه المنتج هو طريقة الفرد لاشباع حاجاته بطريقة أفضل ، بمعنى أن الانتاجية عبارة عن انتاج الأشياء والظروف الضرورية للنمو والسعادة • وصاحب الشخصية المنتجة قادر على استخدام مهاراته ومعلوماته بما يؤدى الى انتاج كل ما هو ضرورى لجعله سعيدا متمتعا بصحة نفسية سليمة •

٤ — وأوضحت « كارين هورنى » [٨] أن علاقة الشخص بذاته الحقيقية هى أساس الشخصية السوية والصحة النفسية السليمة • والشخص المنفصل عن ذاته غير سوى • والشخص الذى يعرف ذاته ويحس بمشاعره وارادته ويقر بمسئوليته تجاه تصرفاته يعبر عن شخصية سوية •

٥ — واعتبر « آدلر » [٩] أن « الشعور الاجتماعى » مؤشر للشخصية السوية • ويرمز الشعور الاجتماعى الى الشعور بالتوحد مع كل البشر • وصاحب الشخصية غير السوية — بالنسبة لآدلر — هو الذى يكرس كل طاقاته للحصول على القوة ليخلص نفسه عن مشاعر

---

(٧) Fromm, E.; **Man for Himself.** New York : Holt, 1947, p.p. 82 - 106 .

(٨) Horney, K. ; **Neurosis and Human Growth.** New York : Norton, 1950, 1

(٩) Adler, A.; **Understanding Human Nature.** New York : Greenberg, 1929, P.P. 30 - 32 .

النقص ، ويدفع هذا التعويض الشخص الى التنافس مع الآخرين بدلا من سعيه للحصول على تعاونهم معه ومحبتهم اياه •

٦ ــ واعتبر « مازلو » [١٠] أن « الشخص المحقق لذاته » يتميز بشخصية سوية • ويرمز تحقيق الذات الى عملية تحقيق القوى الكامنة الفطرية فى الشخص • وفى رأيه أن الشخص لا يستطيع تحقيق ذاته حتى يكون لديه رصيد من اشباع حاجاته الأساسية • واذا ما تحققت أو أشبعت هذه الحاجات تماما فانه يستطيع أن يوجه طاقاته لمهمة تحقيق الذات ــ كالانتاج العلمى ، أو العمل الفنى ، أو العمل التنظيمى • وحدد « مازلو » مجموعة من الخصائص يتصف بها الشخص المحقق لذاته تتلخص فى : ادراك الواقع والتوافق معه ، وتقبله لذاته وللآخرين ، والتلقائية ، والاحساس برسالته فى الحياة ، والاستقلال الذاتى ، والشعور بالانتماء والتوحد مع بنى الانسان ، والعلاقات الشخصية العميقة المتبادلة ، والتمييز بين الوسائل والغايات ، والخلق والابداع ، والحاجة الى العزلة والخلوة الذاتية •

٧ ــ لفت « رانك » [١١] الأنظار الى « الخلق والابداع » كأساس للسلوك السوى • والشخص الذى يظهر روحا خلاقة هو الذى يتقبل ارادته وفرديته ويؤكدها ، كما أنه لا يخاف التجديد خشية الاختلاف مع الآخرين •

وفى ختام هذه المناقشة عن خصائص الشخصية السوية ، يبدو من المعقول ابراز النقاط الآتية :

أولا ــ يمكن تحليل السلوك الى نتائج مترتبة على اشباع الحاجة • وما دامت الحاجات تشير الى تقدير ما هو فعال لتحقيق غايات متعددة لها قيمة ، فانه يمكن تحديد الحاجات الأساسية للانسان فى الآتى : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق الذات •

---

(١٠) Maslow. A.; **Motivation and Personality.** New York : Harper, 1954, 12

(١١) Rank, O. ; **Will Therapy and Truth and Reality.** New York : Knopf, 1945, P.P. 111 - 112

ثانيا — يعتبر الاتصال بالواقع من مؤشرات الشخصية السوية ويتصل الشخص بالواقع عندما يكون ادراكه الحسى ومعتقداته صحيحين واننا نحصل على معتقداتنا عن العالم الذى نعيش فيه عن طـريق الادراك الحسى ومن الحدس والذاكرة والخيال • وهذه المصادر عرضة للخطأ كما أن المعتقدات المستمدة منها قد تكون غير صحيحة الا اذا تعرضت لاختبار واقعى • وهذا يعنى مقارنة هذه المعتقدات بالدليل الملموس ودراسة مدى اتفاقها مع معتقدات أخرى راسخة •

ثالثا — يحتاج الفرد الى الآخرين لمعاونته فى حل المشكلات التى تعترضه •• فهو يحتاج الى الآخرين ليتصرفوا بطرق تشبع حاجاته التى لا يستطيع أن يشبعها بسلوكه الخاص المستقل • وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بطرق تدعم تقديره لذاته وتجعله يشعر بالأمن أى التحرر من أى خوف أو خطر بالحرمان أو العدوان أو من الأخطار المترتبة على نبذه ورفضه وعدم تقبله من الآخرين • ويستخدم مصطلح السلوك الشخصى المتبادل للتعبير عن سلوك شخص فى علاقته بشخص آخر ، وهو سلوك صحى تلقائى متغير مرن ، ويعبر عن الذات الحقيقية للفرد •

رابعا : للعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسـية هى :

١ — أن لدى كل طرف مفهوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر •
٢ — يميل كل طرف الى مميزات الآخر ويتقبلها •
٣ — يشعر كل طرف باهتمام نحو الآخر وسعادته •
٤ — يتصل كل طرف أتصالا كاملا بالآخر •
٥ — يفرض كل طرف مطالب وتوقعات معقولة على الآخر •
٦ — يحترم كل طرف حق الآخر فى تقرير شئونه •

خامسا : تعتبر ذات الفرد محددا هاما لسلوكه • ويمدنا تكوين الذات بحدود معينة لسلوكنا الصريح ولخبرتنا الذاتية • وبصفة عامة يسعى الشخص الى التصرف بطرق تتفق مع بناء ذاته ، ويقيد أفكاره

ومشاعره ورغباته فى حدودها • ويتكون مفهوم الذات من كل المعتقدات التى يحملهـا الشخص عن نفسـه ، مثل القرارات المتعلقة بأنمـاط استجاباته لمواقف الحياة المختلفة •

* * *

الصحة النفسية والتكيف

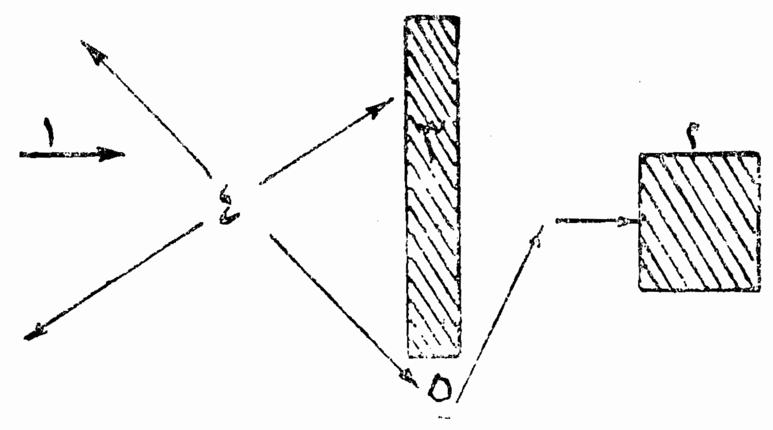
تميل الكائنات الحية الى تغيير نشاطها استجابة لما يحـدث فى بيئتها من تغير •• فعندما يطرأ تغير على البيئة التى يعيش بها الكائن فانه يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير ويبحث عن وسائل جديدة لاشباع حاجاته ، فاذا لم يجد اشباعا لهذه الحاجات فى بيئته فهو اما أن يعمل على تعديلها أو يعمل على تعديل حاجاته ، وهذا النوع من السـلوك يسمى « بالتكيف » (Adjustment) فالتكيف يشير الى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر واعادة الفرد الى مستوى معين هو المستوى المناسب لحياته اذا لم يحدث تكيف على الاطلاق فان الكائن يموت •

واذا أشبعت جميع دوافع الانسان فى الحال اشباعا سهلا فلن تصبح هناك حاجة لعملية التكيف ، ولكن ذلك لا يحدث فى كثير من الأحوال • فهناك عقبات معينة تحول دون الاشباع المباشر للدوافع •• فمثلا قد تستثار لدى الفرد دوافع للسيطرة والسيادة أو الشـهرة والمكانة المرموقة ، وقد لا يستطيع اشباع هذه الدوافع وازالة التوتر الناجم عنها فى الحال ، وقد يكون سبب ذلك بعض العقبات الخارجية كالمنافسة التى يجدها عند أشخاص آخرين تحركهم نفس الدوافع ، أو قد يرجع ذلك الى عقبات أخرى داخلية ناجمة عن نقص فى قدراته• ولكن من شأن الدافع القوى متى استثير أن يجعل الفرد فى حالةنشاط وحركة حتى تحدث استجابة تشبع الدوافع وتزيل التوتر • وهـذه الأفعال التى تظهر عندما يستثار الدافع وتنتهى عندما يشبع هى التى تسمى فى مجموعها بعملية التكيف •

* * *

● **عمليـــة التكيف :**

يمكن أن نوضح عملية التكيف بالشكل الآتى [١٢] :



شكل رقم (٢) — عملية التكيف

شخص يسلك سلوكا معينا (١) مدفوعا بدافع معين نحو الهدف (٢) الذى يشبع هذا الدافع ، وعندما تعترضه عقبة (٣) فانه يقوم بأفعال أو استجابات مختلفة (٤) حتى يجد أنه باستجابة معينة (٥) يتغلب على هــذه العقبة ويصل الى هدفه (٢) ويشبع حاجته • والخطوات الرئيسية فى هذا التسلسل الذى يرمى الى التكيف ترجع الى استمرار وجود الدافع ، فاذا وجد عائق يحول دون الاشباع المباشر فان الكائن يقوم بعدة استجابات مختلفة ليزيل التوتر ويشبع حاجته • وتتوقف قوة الاستجابات واستمرارها الى حد كبير على شدة الدافع أولا ، ثم على العوائق التى تحول دون الاشباع المبــاشر وتثير استجابات مختلفة تؤدى الى خفض التوتر أو الى الاشباع ، كما تتوقف أيضــا على قدرة الفرد على ادراك الموقف الذى يتطلب تكيفا •

وقد يكفى ظهور أى عائق أمام الدافع حتى تبدأ عملية التكيف، ولكن قوة الاستجابات واستمرارها تتوقف بدرجة كبيرة على شــدة الدافع • ففى كل يوم من حياتنا تحدث عدة عمليات للتكيف بالنســبة

---

(١٢) Shaffer L .; and Shoben. E., Jr.; **The Psychology of adjustment** (2 nd ed .) Boston , Mass . : Houghton - Mifflin 1956 , p. 9 .

للكثير من الدوافع ، واذا كان الدافع وقتيا عابرا فقد يختفى قبل أن توجد طريقة للاشباع ، ولكن هناك دوافع قوية تتعلق بالجماعة التى يعيش فيها الفرد كالرغبة فى السيطرة والتفوق والمكانة الاجتماعيــة المرموقة مما له أكبر الأثر فى مشكلات التكيف • وان اعاقة مثل هذه الدوافع يؤدى الى نشاط مستمر لا يتوقف الا اذا حدث نوع من الاشباع ولو كان اشباعا غير سوى •

* * *

● **مؤشرات التكيف والصحة النفسية :**

هناك علامات أو مؤشرات يمكن أن تفيدنا فى الاســتدلال على التوافق والصــحة النفسية للأفــراد ، ومن أهم هـــذه المؤشرات ما يأتى [١٣] :

١ — مدى تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وامكانياته :

يختلف الناس من حيث قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وامكانياتهم الشخصية فى شتى المجالات ، وطبقا لمبدأ الفروق الفردية فاننا نختلف فى هذه النواحى اختلافات واسعة • واحدى وســائل التعرف على الصحة النفسية لشخص من الأشخاص هى أن نسأل : الى أى حد يدرك هذا الشخص حقيقة وجود الفروق الفردية بين الناس ومدى اتساع هذه الفروق ؟ وكيف يتصور هذا الشخص نفسه بمقارنتها بالآخرين ؟ وما هى فكرته عن حدود قدراته وميزاته الشخصية وما يستطيعه وما لا يستطيعه ؟

اننا قد نجد بعض الأشخاص ممن يدركون أنفسهم على حقيقتها، ويفهمون ذواتهم فهما واقعيا عن وعى واستبصار ، وفى ذلك ما يهيىء لهم أن يتجنبوا مواقف الاحباط والاخفاق والفشل ويساعدهم على الانجاز السليم وتحقيق أهدافهم والتوافق فى حياتهم • ولكننا فى ذات الوقت نلاحظ أن الكثيرين يميلون الى المبالغة فى تصور قدراتهم

---

(١٣) صموئيل مغاريوس : **الصحة النفسية والعمل المدرسى** • القاهرة مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٧٤ ، ص ٥٥ — ٦٠ •

ويتوهمون فى أنفسهم أكبر من طاقاتهم ، كما يحاول البعض الآخـر أن يقلل أو يهون من شأن نفسه ويركز على نواحى قصوره وعيوبه ونقائصه ولا يستطيع — بسبب ما يعانيه من الشعور بالنقص — أن يرى امكانياته على حقيقتها بوضوح •

ونستطيع أن ندرك بسهولة كيف أن تصور الفرد الخاطىء لنفسه أو عدم تقبله للحقائق الموضوعية المتعلقة بشخصه ، لا يؤدى الى توافقه وتكيفه النفسى أو الى حسن تعامله مع الآخرين •

٢ — مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية :

اننا نلاحظ أن بعض الأفراد يتميزون بالقدرة على اقامة علاقات اجتماعية موفقة مع الآخرين وعقد الصـداقات وتدعيم الروابط فى الجماعات التى يتصلون بها • وتعتبر هذه العلاقات الاجتماعية سندا وجدانيا هاما وأحد مقومات الصحة النفسية •

اننا بحاجة شديدة الى الشعور بالانتماء ، والى تقبـل الآخرين وتقديرهم لنا واعترافهم بنا ، والى احساسنا كذلك بأننا نستطيع أن نسهم بايجابية فى المجموعات التى ننتمى اليها ، وأن نكـون أعضاء نافعين فى هذه الجماعات ، حتى نحقق التوافق والاشباع فى حياتنا • واذا ما كانت علاقة الفرد مع زملائه أو رفاقه علاقة سيئة متدهورة ، فان ذلك من شـأنه أن يؤثر على معنوياته وعلى توافقه النفسى •

ومعنى هذا أن النجاح أو الفشل فى اقامة علاقات مشبعة فى مجال الأسرة والصداقة والزمالة هو أحـد المعايير الأساسية للتوافق والصحة النفسية •

٣ — مدى نجاح الفرد فى عمله ورضاه عنه :

هناك بعض الأفراد الذين يؤدون أعمالا وهم كارهون ، أو أعمالا غير ملائمة لقدراتهم وامكانياتهم واستعداداتهم اذ قد تكون متطلبات هذه الأعمال أكثر مما يستطيعه الشخص أو أقل منه • فقد نجد شخصا

يؤدى عملا روتينيا متكررا لا يسمح بالابتكار أو التعديل أو التغيير ، فى حين أن الشخص تتوافر لديه قدرات ابداعية وابتكارية ، وحينئذ يشعر الشخص بنفور من العمل ولا يرضى عنه ولا يحقق الكفاية الانتاجية المنشودة • وعلى العكس من ذلك ، اذا كان العمل يتطلب قدرة تحليلية أو ابتكارية لا تتوافر لدى الشخص القائم به ، فانه سيشعر بأن متطلبات العمل فوق مستواه ويشعر بقصوره وعجزه مما يؤدى الى الاحباط ، وقد ينعكس هذا على حياته بصفة عامة فيقض مضجعه وينغص حياته ويصبح قلقا لا يستقر على حال • هذا بالاضافة الى مدى ما يحققه العمل من اشباع لحاجات الفرد المادية والمعنوية•

ان وضع الفرد المناسب فى العمل الملائم من أهم الموضوعات التى يتصدى لها العلم الحديث •• فهناك فرع من علم النفس وهو « علم النفس المهنى » الذى يستهدف المواءمة بين الفرد والعمل ، ويتضمن جانبين هامين : الأول هو « التوجيه المهنى » الذى يرمى الى مساعدة الفرد على اختيار الأعمال التى تتناسب مع قدراتهواستعداداته وميوله وميزاته الشخصية وخبراته بما يحقق له الرضا والاشباع • والثانى هو « الانتقاء المهنى » الذى يستهدف انتقاء أصلح فرد لأداء العمل بنجاح •

٤ — مدى كفاءة الفرد فى مواجهة مشكلات الحياة اليومية :

تختلف قدرة الناس على تحمل المشاق ومواجهة مشكلات الحياة اليومية •• فنجد بعض الناس ينزعجون انزعاجا شديدا عند حدوث أى تغيير غير متوقع فى مجرى الأمور أو لعدمحصولهم على مايريدون، وقد يصل الأمر بهم الى الاضطراب والانهيار لمجرد تعرضهم للاحباطات البسيطة • وعلى العكس من ذلك فهناك من الناس من يستطيع أن يواجه مشكلات الحياة وأحداثها اليومية بصلابة وقوة مع درجة عالية من التحمل والصمود ، فيستطيع أن يواجه مواقف الاحباط باتزان وهدوء دون تسرع أو تخبط •

ان درجة مواجهة المشاق وتحمل الصعاب تعتبر من أهم مقاييس الصحة النفسية واحدى المؤشرات للتكيف السليم •

٥ — تنوع نشاط الفرد وشموله :

يقصر بعض الناس اهتمامتهم على جانب واحد فقط من جوانب نموه كأن يركز على تنمية مداركه العقلية أو قواه الجسمية أو على الدراسة والتحصيل دون العناية بجوانب النمو الأخرى • ولكن الاستمتاع بالحياة والتجاوب معها يستلزم العناية بأنواع متعددة من المعارف والمهارات ، ويقتضى الحرص على النمو المتكامل ألا نهمل ناحية من نواحيه ولا نسمح بجانب واحد أو مظهر من مظاهر النمو بأن يطغى على الجوانب والظواهر الأخرى • اننا بحاجة الى أن تنمو معارفنا ومداركنا ، كما نحتاج الى تنمية الكثير من المهارات الحركية والفنية والعملية ، كما نحتاج الى العناية بالنمو الجسمى ، هذا بالاضافة الى الاهتمام بتنمية علاقاتنا الاجتماعية ، الى غير ذلك من أبعاد النمو المختلفة •

وهناك فرق كبير بين أن تكون اهتمامات الشخص ضيقة ومحدودة وبين أن تتسع اهتماماته وميوله فتشمل نواحى الحياة المختلفة • فاذا صادف أحد الأفراد احباطا أو فشل فى حياته عند محاولة تحقيق هدف معين فانه اذا لم يكن قد اختار هدفا آخر فى الحياة واكتفى بتركيز كل آماله على هذا الهدف فانه سينهار فعلا وستظل حياته مفتقرة الى الاشباع باستمرار • أما اذا اتخذ الفرد لحياته أهدافا واهتمامات متنوعة متعددة ، فانه اذا ما فشل فى تحقيق أحدها يستطيع أن يعوض ذلك عن طريق الاهتمام بالأهداف الأخرى ، وبذا يمكنه أن يحقق التوافق فى حياته •

٦ — اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته :

تحرك الانسان فى كل مرحلة من مراحل حياته دوافع وحاجات أساسية ، وبعض هذه الحاجات فسيولوجى فى طبيعته والبعض الاخر نفسى اجتماعى • ان اشباع الدوافع والحاجات من ألزم الضروريات للانسان لتحقيق التوافق والشخصية السوية والصحة النفسية السليمة •

٧ ـ ثبـــات اتجاهات الفرد :

ان ثبات اتجاهات الفرد ومواقفه أمر لا يتحقق الا مع توافق خط فكرى واضح وخلفية فلسفية عميقة تصدر عنها أحكام الفرد وتصرفاته المختلفة • ان هذه الفلسفة المتعلقة بالحيـــاة تيسر على الفرد أن يتصرف بصورة تلقائية تقريبا بالنسبة لأغلب الموضوعات والقضايا التى تعرض له • ولا شك فى أن تكوين فلسفة واضحة فى الحياة ليس بالأمر السهل الهين ، بل هى عملية تدريجية تتأثر بما يكونه الفرد من قيم خلال حياته وخبراته المتنوعة فى الأسرة والعمل والدراسة وفى خلال اتصالاته الاجتماعية ، كما تتأثر أيضا بثقافة الفرد وما يبذله من جهد فى حياته ومن اتصالات يقوم بها •

ولا نعنى بثبات الاتجاهات أن تكون الاتجاهات جامدة غـــير قابلة للتعديل أو التطوير ، بل من الضرورى أن تتوافر المرونة حيث انها دليل على النمو والتقدم ، والمقصود ألا تتصف اتجاهات الفرد بالتناقض والتذبذب على المدى القصـــير • ومن الواضـــح أن ثبات اتجاهات الفرد يشير الى تكامل الشخصية والى الوضوح والاطراد كما تشير أيضا الى الاستقرار الانفعالى الى حد كبير •

٨ ـ تصدى الفرد لمسئولية أفعاله وقراراته :

لا شك أن قدرة الشخص على تحمل مسئولية أفعاله وما يتخذه من قرارات هو احدى علامات التكامل والصحة النفسية فى آن واحد ، كما أن التهرب من المسئولية هو دلالة واضحة على عدم تكامل النضج الانفعالى • ومن المعروف أن الطفل يعتمد اعتمادا كبيرا على الآخرين الذين يتحملون مسئولية اشباع حاجاته المختلفة ويتخذون نيابة عنه القرارات المتعلقة بأغلب أموره • وكلما كبر الطفل قل تدريجيا اعتماده على الآخرين وزاد اعتماده على نفسه فى توجيه شئون حياته • واذا ما انتقل الفرد الى مرحلة الرشد فمن المفروض أن يتحمل مسئولية ما يقوم به من أفعال وتصرفات وما يصدر من أحكام وتقع على عاتقه

وحده هذه المسئوليات • ومعنى ذلك أن المسئولية ترتبط ارتباطا وثيقا بالنضج والرشد ، ويعنى افتقار الفرد اليها أنه لم يصل الى النضج الوجدانى والاجتماعى الكافى وأن هناك خطأ ما أو قصورا فى تنشئة هذا الفرد وفى تطبيعه الاجتماعى •

* * *

الشخصية والأخلاق

ان الاحاطة بموضوع الشخصية يدعونا الى أن نلقى نظرة سريعة على بحث الأخلاق والدين وصلتهما بالشخصية • ولقد كان « الغزالى » من المبرزين فى هذا الميدان ، وكانت الدراسات الأخلاقية ضعيفة قبل أن يتناولها بالتوضيح والتنظيم القائمين على فهم عميق بالنفس البشرية • وللخلق عند الغزالى معان أربعة (١٤) :

١ — الفعل الجميل والقبيح •

٢ — القدرة عليهما •

٣ — المعرفة بهما •

٤ — وأخيرا هيئة للنفس بها تميل الى أحد الجانبين ، وتيسر عليها أحد الأمرين ، اما الحسن واما القبح •

وهكذا فان الخلق عند الغزالى ليس هو الفعل أو السلوك المفرد، فرب شخص خلقه السخاء ، ولا يبذل ، اما لفقد مال أو لمانع ، وربما يكون خلقه البخل وهو يبذل ، اما لباعث معين أو لرياء • وليس الخلق هو القوة لأن نسبة القوة الى الامساك والأعطاء واحدة ، وكل انسان خلق بالفطرة قادرا على الاعطاء والامساك • وليس الخلق هو المعرفة، فان المعرفة تتعلق بالجميل والقبيح جميعا على وجه واحد • فالخلق هو عبارة عن المعنى الرابع ، وهو الهيئة التى بها تستعد النفس لأن يصدر منها الامساك أو البذل • فالخلق — اذن — عبارة عن هيئة النفس وصورتها الباطنة •

---

(١٤) عبد الكريم العثمان : **الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالى بوجه خاص** (ط ٢) ، القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ ، ص ٣٧٥ — ٣٧٨ •

وقد اقتبس الغزالى نظرية الفضائل الأربعة التى قال بها أفلاطون وهى : الحكمة والشجاعة والعفة والعدل ، كما نظر الى الفضيلة على أنها وسط بين رذيلتين متأثرا بأرسطو • وقد عرض الغزالى هذه الفضائل بمضمون اسلامى ، وأضاف اليها مجموعة من القيم المقتبسة من روح الاسلام ، كالرحمة والحرية والتدين والعدل • ويلاحظ أن كثيرا من فلاسفة الاسلام كابن مكسويه وابن سينا والتوحيدى قالوا بهـذه الفضائل ، كما قالوا بأن الفضيلة وسط ، لقوله تعالى : **« وكذلك جعلناكم أمـة وسطا •• »** (البقرة : ١٤٣)

ان الأخلاق فى الاسلام لم تدع جانبا من جوانب الحياة الانسانية •• روحية أو جسـمية ، دينية أو دينوية ، عقليـة أو انفعالية ، أو فردية أو اجتماعية •• الا رسمت له المنهج الأمثل للسلوك الرفيـع القويم • وفيما يلى أمثلة لهذا الشمول فى مجال الفرد والمجتمع :

١ ــ ان من أخلاق الاسلام ما يتعلق بالفرد فى كافة نواحيه :

(أ) جسما له ضروراته وحاجته ، مثل قول الله تعالى :

« وكلوا واشربوا ولا تسرفوا » • (الأعراف : ٣١)

وقـول الرسول صلى الله عليه وسـلم : « ان لبدنك عليك حقـا » • (رواه الشيخان)

(ب) وعقل له مواهبه وآفاقه ، يول القرآن الكريم :

« قل انظروا ماذا فى السموات والأرض •• » •

(يونس : ١٠١)

« قـل انما أعظكم بواحـدة ، أن تقوموا لله مثنى وفرادى ثم تتفكروا » • (سبأ : ٤٦)

(ج) ونفسا لها مشاعرها ودوافعها ، يقول تعالى :

« ونفس وما سواها • فألهمها فجورها وتقواها • قد أفلح من زكاها • وقد خاب من دساها » • (الشمس : ٧ ــ ١٠)

٢ ــ ومن أخلاق الاسلام ما يتعلق بالمجتمع :

(أ) فى آدابه ومجاملاته ، مثل :

« يا أيها الذين آمنوا لا تدخلوا بيوتا غير بيوتكم حتى تستأنسوا

وتسلموا على أهلها ، ذلكم خير لكم لعلكم تذكرون » .

(النور : ٢٧)

(ب) وفى اقتصاده ومعاملاته :

« ويل للمطففين . الذين اذا اكتالوا على الناس يستوفون . واذا كالوهم أو وزنوهم يخسرون » . (المطففين : ١ — ٣)

(ج) وفى سياسته وحكمه :

« ان الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات الى أهلها واذا حكمتم بين الناس أن تحكموا بالعدل » . (النساء : ٥٨)

وبهذا يتجلى شمول الأخلاق الاسلامية ، من حيث موضوعها ومحتواها ..

* * *

● الأخلاق الفاضلة فى القرآن والسنة :

يحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الشر وسوء الخلق .. وسنناقش فيما يلى أهم القيم والمبادىء الخلقية التى تتضمنها المعاملة ، مع الاستشهاد بالقرآن الكريم والحديث الشريف ، وتتلخص هذه المبادىء فيما يأتى :

- أدب الحديث .
- التسامح والرحمة .
- الحلم والصفح .
- العدالة .
- الصدق والأمانة .
- الوفاء والاخلاص .
- الصبر .
- الحياء .
- الاخاء .
- الاتحاد والتعاون .

أولا — أدب الحديث :

ان نعمة البيان أجل النعم التى أسبغها الله تعـالى على الانسان ، وكرمه بها على سائر الخلق ، قال تعالى :

« الرحمن • علم القرآن • خلق الانسان • علمه البيان » •

(الرحمن : ١ — ٤)

وقد أوضح الاسلام كيف يستفيد الناس من هذه النعمة المسداة، وكيف يجعلون كلامهم الذى يتردد على ألسنتهم طوال يومهم طريقا الى الخير المنشود • وقد عنى الاسلام عناية كبيرة بموضوع الكلام وأسلوب أدائه ، لأن الكلام الصادر عن انسان ما يشـير الى حقيقة عقله وطبعة خلقه ، ولأن طرق الحديث السائدة فى جماعة ما تحكم على مستواها العام ومدى تغلغل الفضيلة فى بيئتها •

والبعد عن اللغو من أركان الفلاح ، ودلائل الاكتمال ، وقد ذكره القرآن الكريم بين فريضتين من فرائض الاسـلام ، همـا الصلاة والزكاة :

« قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون • والذين هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون » •

(المؤمنون : ١ — ٤)

فاذا تكلم المرء فليقل خيرا وليعود لسانه الجميل من القول • والكلام الطيب العف يجمل مع الأصدقاء والأعداء جميعا وله ثماره الطيبة •• فأما مع الأصدقاء فهو يحفظ مودتهم ، ويستديم صداقتهم ، ويمنع كيد الشياطين أن يوهن حبالهم ويفسد ذات بينهم [١٥] • قال تعـالى :

« وقل لعبادى يقولوا التى هى أحسن ، ان الشـيطان ينزغ بينهم ، ان الشيطان كان للانسان عدوا مبينا » •

(الاسراء : ٥٣)

---

(١٥) محمد الغزالى : **خلق المسلم** (ط ٨) ، القاهرة ، دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ ، ص ٧٢ — ٨١ •

وأما حسن الكلام مع الأعداء فهو يطفىء خصومتهم ، ويكسر حدتهم ، أو على الأقل يوقف تطور الشر . قال تعالى :

« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، أدفع بالتى هى أحسن فاذا الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولى حميم » . (فصلت : ٣٤)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « من كان يؤمن بالله واليوم الآخر ، فليقل خيرا ، أو ليصمت » .
(متفق عليه)

— وعنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ان العبد ليتكلم بالكلمة من رضوان الله تعالى ما يلقى لها بالا يرفعه الله بها درجات ، وان العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله تعالى لا يلقى لها بالا يهوى بها فى جهنم » . (رواه البخارى)

— وعن أبى موسى رضى الله عنه قال : قلت : يارسول الله .. أى المسلمين أفضل ؟ قال : « من سلم المسلمون من لسانه ويده » .
(متفق عليه)

— « أكثر خطايا ابن آدم لسانه » . (الطبرانى والبيهقى)

* * *

ثانيا — التسامح والرحمة :

الاسلام دين سمح يشجع على الحرية فى التفكير والحرية فى ابداء الرأى ، ويدعو الى تبادل المودة والتراحم بين بنى البشر . والقرآن الكريم يحثنا على العفو والصفح والاعراض عن الجاهلين ، كما يأمرنا أن نصل من قطعنا ونعطى من حرمنا . قال تعالى :

« .. فاصفح الصفح الجميل » . (الحجر : ٨٥)

« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين » .
(الأعراف : ١٩٩)

« .. وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله غفور رحيم » . (النور : ٢٢)

ان هـذه الصفات الخلقية التى حثنا الاسلام على التحلى بها هى المثل العليا التى تربط الانسان بأخيه الانسان • فبالتسامح والحلم تدوم الأخوة الصادقة وتقوى الروابط والصلات بين الناس • والمؤمن عزيز النفس يدرك كل الادراك متى يقابل الاساءة بالعفو ومتى يقابل الاساءة بمثلها [١٦] قال تعالى :

« وجزاء سيئة سيئة مثلها ، فمن عفا وأصلح فأجره على الله ، انه لا يحب الظالمين » • (الشورى : ٤٠)

ان الرحمة كمال فى الطبيعة يجعل المرء يرق لآلام الآخـرين ويسعى لازالتها ، ويأسى لأخطائهم فيتمنى لهم الهدى • هى كمال فى الطبيعة لأن تبلد الحس يهوى بالانسان من منزلته الانسـانية بل ويجرده من أفضل صفاته ، وهى العاطفة النابضة بالحب والمـودة والرحمة والرأفة •

والرحمة فى أفقها الأعلى وامتدادها المطلق صـفة الخالق عز وجل • فان رحمته شملت الوجـود وعمت الملكوت • فحيثما أشرف شعاع من علمه المحيط بكل شىء انبثق معه شعاع للرحمة الغامرة • ولذلك كان من صلاة الملائكة له سبحانه :

« ربنا وسعت كل شىء رحمة وعلمـا فاغفر للذين تابوا واتبعوا سبيلك وقهم عذاب الجحيم » • (غافر : ٧)

وكثير من أسماء الله الحسنى ينبع من معانى الرحمـة والكرم والفضل والعفو • وقد جاء فى الحديث القدسى : « ان رحمتى تغلب غضبى » • (رواه البخارى)

ولقد أراد الله أن يمن على العالم برجل يمسح آلامه ، ويخفف أحزانه ، ويرثى لخطاياه ، ويأخذ بناصر الضعيف • فأرسل « محمداً » عليه الصلاة والسلام ، وسكب فى قلبه العلم والحلم ، وفى خلقـه

---

(١٦) صلاح عبد القادر البكرى : **القرآن وبناء الانسان** ، جـدة : تهامة ، ١٩٨٢ ، ص ١٣٩ — ١٤٢ .

من الايناس والبر ، وفى طبعه من السهولة والرفق ، ما جعله أزكى عباد الله رحمة ، وأوسعهم عاطفة ، وأرحبهم صدرا . لذلك قال فيه :

« **فبما رحمة من الله لنت لهم ، ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك ..** » . (آل عمران : ١٥٩)

وقد جاءت الأحاديث تترى حاثة على هذه الرحمة الشاملة ، فقال عليه الصلاة والسلام : « من لا يرحم الناس لا يرحمه الله » .

(البخارى)

— « من لا يرحم من فى الأرض لا يرحمه من فى السماء » .

(الطبرانى)

— « من لا يرحم لا يرحم ، ومن لا يغفر لا يغفر له » .

(أحمد)

— « لا تنزع الرحمة الا من شقى » . (أبو داوود)

والاسلام رسالة خير وسلام وعطف على البشر كلهم ، وقد قال الله لرسوله : « **وما أرسلناك الا رحمة للعالمين** » .

(الأنبياء : ١٠٧)

وسور القرآن كلها مفتتحة بـ « **بسم الله الرحمن الرحيم** » .

وليست الرحمة حنانا لا عقل منه ، أو شفقة تتنكر للعدل والنظام .. انها عاطفة ترعى هذه الحقوق جميعا .. فالزجر فى موضعه ، والعقاب فى مكانه ، مطلوب عندما تدعو الحاجة ، كى تستقيم الأمور ويستتب الأمن والنظام .. أن القسوة التى استنكرها الاسلام جفاف فى النفس لا يرتبط بمنطق أو عدالة . انها نزوة تتشبع من الاساءة والايذاء ، وتمتد مع الأثرة المجردة والهوى الأعمى .. أما الرحمة فهى أثر من الجمال الالهى الباقى فى طابع البشر يحدوهم الى البر ، ويهب عليهم فى الأزمات الخانقة ريحا لطيفة ترطب الحياة وتنعش الصدور .

ونبه الاسلام الى أن هناك أقواما ينبغى أن يحظوا بأضعاف من الرحمة والعناية :

— من هؤلاء ذوو الأرحام ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « الراحمون يرحمهم الله تعالى ، ارحموا من فى الأرض يرحمكم من فى السماء ، الرحم شجنة (أى قرابة مشتبكة) من الرحمن ، من وصلها وصله الله ومن قطعها قطعه الله » • (الترمذى)

فعلى المسلم أن يؤدى حقوق أقربائه وأن يقوى بالمودة الدائمة صلات الدم القائمة •• وأجدر الناس وأولاهم بهذه الرحمة هم الوالدان ، قال تعالى :

« واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربيانى صغيرا » • (الاسراء : ٢٤)

— وممن تجب الرحمة بهم اليتامى ، فان الاحسان اليهم والبر بهم وكفالة عيشهم وصيانة حقوقهم من أزكى القربات •

فعن أبى هريرة أن رجلا شكا الى رسول الله صلى الله عليه وسلم قسوة قلبه • فقال عليه الصلاة والسلام : « امسح رأس اليتيم وأطعم المسكين » • (رواه أحمد)

— وتجمل الرحمة مع المرضى وذوى العاهات •• فان هؤلاء المصابين من شأنهم ان يستقبلوا الحياة بوسائل وامكانات منقوصة ، تعجزهم عن المسير فى ركبها وادراك أغراضهم منها ، وقد عذرهم الله تعالى فلا يجوز أن يؤاخذهم بما أعفاهم الله منه :

« ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج ، ومن يطع الله ورسوله يدخله جنات تجرى من تحتها الأنهار ، ومن يتول يعذبه عذابا أليما » • (الفتح : ١٧)

* * *

ثالثا — الحلم والصفح :

تتفاوت درجات الناس فى الثبات أمام المثيرات •• فمنهم من تستخفه التوافه فيثور بسرعة ، ومنهم من تستفزه الشدائد فيبقى على وضعها الأليم محتفظا برجاحة عقله وسماحة خلقه • ومع أن للطباع

الأصيلة دخـــلا كبيرا فى أنصبة الناس من الحدة والهدوء ، والعجلة والأناة ، والكدر والسماحة ، الا أن هناك ارتباطا مؤكدا بين ثقة الفرد بنفسه وبين أناته مع الآخرين وتجاوزه عن خطئهم • فالرجل العظيم حقا كلما حلق فى آفاق الكمال اتسع صدره ، وامتد حلمـــه ، وعـــذر الناس من أنفسهم ، والتمس المبررات لأخطائهم •

وقد رأينا الغضب يشتط بأصحابه الى حد الجنون ، عندما لايملكون زمام أنفسهم ، ويرون أنهم حقروا تحقيرا لا يعالجه الا سفك الدم • فلو كان الشخص يعيش وراء أسوار عالية من فضائله فانه لا يحس بوخز الألم على هذا النحو الشديد ، فالاهانات تسقط على قاذفها قبل أن تصل الى مرماها البعيد • وهذا المعنى يفسر لنا حلم « هود » عليه السلام وهو يستمع الى اجابة قومه بعدما دعاهم الى توحيد الله[17] فقالوا :

« •• انا لنراك فى سفاهة وانا لنظنك من الكاذبين • قال يا قوم ليس بى سفاهة ولكنى رسول من رب العالمين • أبلغكم رسالات ربـــى وأنا لكم ناصح أمين » • (الأعراف : ٦٦ — ٦٨)

والجاهلية التى عالج رسول الله صلى الله عليه وسلم محوها كانت تقوم على ضربين من الجهالة : جهالة ضـــد العلم ، وأخرى ضد الحلم • فأما الأولى فتقطيع ظلامها يتم بأنواع المعرفة وفنون التوجيه والارشاد ، وأما الأخرى فكف ظلمها يعتمد على كبح النفس ومنع الفساد • فجاء الاسلام ليقيم أركان المجتمع على العدل ، ولن تتحقق هذه الغاية الا اذا هيمن العقل الراشد على غـــريزة الغضب • وكثير من النصائح التى أسداها الرسول للعرب تتجه الى هذا الهدف ، حتى اعتبرت مظاهر الطيش والتعـــدى انفلاتا من الاســـلام وانطلاقا من القيود التى ربط بها الجماعة ، ومن الحديث : « سباب المسلم فسوق وقتاله كفر » • (مسلم)

---

(١٧) محمد الغزالى : **خلق المسلم** (ط ٨) . القاهرة : دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ ، ص ١٠٤ .

ومن الناس من لا يسكت عنه الغضب ، فهو فى ثورة دائمة ، وتغنيظ يطبع على وجهه العبوس . اذا مسه أحد ارتعش كالمحموم ، وأنشأ يرغى ويزبد ويلعن ويطعن . والاسلام برىء من كل هذه الخلال الكدرة . واللعن من الخصال السيئة ، والذين يستنزلون اللعنات على غيرهم لأتفه الأسباب يتعرضون لبلاء جسيم . بل ان المرء يجب أن يتنزه عن لعن غيره ولو أصابه منه الأذى الشديد . وعلى قدر ما يغبط المسلم نفسه ، ويكظم غيظه ، ويملك قوله ، ويتجاوز الهفوات ، ويرثى للعثرات ، تكون منزلته عند الله . قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ليس المؤمن بطعان ولا لعان ولا فاحش ولا بذىء » .

(الترمذى)

ومن الآيات الكريمة فى هذا المجال :

« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين » .

(الأعراف : ١٩٩)

« .. وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله غفور رحيم » . (النور : ٢٢)

« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، ادفع بالتى هى أحسن فاذا الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولى حميم » . (فصلت : ٣٤)

« .. والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين»

(آل عمران : ١٣٤)

« والذين يجتنبون كبائر الاثم والفواحش واذا ما غضبوا هم يغفرون » . (الشورى : ٣٧)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « ليس الشديد بالصرعة (أى الذى يغلب الناس ويصرعهم) انما الشديد الذى يملك نفسه عند الغضب » .

(متفق عليه)

— « اذا غضب أحدكم فليسكت » . (أحمد)

ـ « قال الله عز وجل : من ذكرنى حـين يغضب ذكرته حين أغضب ، ولا أمحقه فيمن أمحق » • (الديلمى)

ـ عن عائشة رضى الله عنها قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله رفيق يحب الرفق فى الأمر كله » •

(متفق عليه)

ـ وعنها أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ان الرفق لايكون فى شىء الا زانه ، ولا ينزع من شىء الا شانه » • (مسلم)

* * *

رابعا ـ العـدالة :

الاسلام دين الوحدة بين العبادة والمعاملة ، والعقيدة والسلوك، والروحيات والماديات ، والقيم الاقتصادية والقيم المعنوية • انه دين الوحدة بين القوى الكونية جميعا ، فهو دين التوحيد •• توحيد الاله ، وتوحيد الأديان جميعا فى دين الله ، قال تعالى :

« وان هذه أمتكم أمة واحدة وأنا ربكم فاتقون » •

(المؤمنون : ٥٢)

وعن تلك الوحدة الكبرى تصدر تشريعات الاسلام وفرائضه ، وحدوده وتوجيهاته ، وآراؤه فى مختلف الشئون السياسية والاقتصادية والمعاملات • وفى ذلك الأصل الكبير تنطوى سائر الأجزاء والتفصيلات وحين ندرك هذه الفكرة الكلية فى طبيعة النظرة الاسلامية للكون والحياة والانسان ، ندرك معها الخطـوط الأساسية للعدالة الاجتماعيـة فى الاسلام •• فهى قبل كل شىء عدالة انسانية شاملة ، تتناول جميـع مظاهر الحياة وجوانب النشاط فيها ، كما تتناول الشعور والسلوك ، والضمائر والوجدانات ، والقيم المادية والمعنوية والروحية • ان الحياة فى نظر الاسلام تراحم وتودد وتعاون وتكافل بين المسلمين على وجه خاص ، وبين أفراد الانسانية على وجه عام [١٨] •

---

(١٨) سيد قطب : **العدالة الاجتماعية فى الاسلام** • القاهرة : مكتبة مصر ، د. ت ، ص ٢٨ .

وعندما يضع الاســلام نظمه وتشريعاته ، ونصائحه وتوجيهاته ، لا يغفل ذلك الحب الفطرى للذات عند الانسان ، ولا ينسى ذلك الشح الفطرى العميق ، ولكنه يعالج الأثرة ويعالج الشح بالتوجيهوبالتشريع فلا يكلف الانسان الا وسعه . ولا يغفل فى الوقت ذاته حاجاتالجماعة ومصالحها ، وغايات الحياة العليا فى الفرد والجماعــة على توالى العصور والأجيال . يقول الله تعالى فى كتابه الكريم عن الانسان :

« وانه لحب الخير لشديد » . (العاديات : ٨)

« .. وأحضرت الأنفس الشح .. » (النساء : ١٢٨)

« قل لو أنتم تملكون خزائن رحمــة ربى اذن لأمسكتم خشـية الانفاق ، وكان الانسان قتورا » . (الاسراء : ١٠٠)

لقد قرر الاسلام مبدأ المساواة الانسانية ، ومبــدأ العدل بين الجميع ، ثم ترك الباب مفتوحا للتفاضل بالجهد والعمل ، كما وضــع فى الميزان قيما أخرى غير القيم الاقتصادية . قال تعالى :

« .. ان أكرمكم عند الله أتقاكم .. » (الحجرات : ١٣)

« .. يرفع الله الذين آمنـــوا منكم والذين أوتوا العــلم درجات .. » . (المجادلة : ١١)

« المــال والبنون زينة الحياة الدنيا ، والباقيات الصالحات خير عند ربك ثوابا وخير أملا » . (الكهف : ٤٦)

وهكذا يبدو أن الاســلام قد وضع قيما أخرى — غــير القيم الاقتصادية — يحسب حسابها ، ويجعل منها وسيلة للتعادل فىالمجتمع حين تتفاوت الأرزاق بين الناس .. فالعدل المطلق يقتضى أن تتفاوت الأرزاق ، وأن يفضــل بعض الناس بعضا فيها مع تحقق العــدالة الانسانية باتاحة الفرص المتكافئة للجميع ، فلا يقف أمام فرد حسب ولا نشأة ولا أصل ولا جنس ، ولا قيد واحد من القيود التى تغــل الجهود وتعطلها .

ان العدالة فى ذاتها مطلوبة لأنها أقرب القربات الى الله تعالى .. العدالة فى كل شىء وفى كل عمل ، أى العدالة فى الأقوال والأفعال

والسلوك عامة • ويجب على المؤمن أن يقاوم الباطل وأن يناصر الحق بكل ما أوتى من قوة • وليس فى الاسلام طبقية فلا يكرم الغنى لغناه، ولا يذل الفقير لفقره ، كما لا يعرف التفرقة العنصرية ، فلا فضل لعربى عن أعجمى الا بالتقوى [١٩] يقول تعالى :

« يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا وقبائل لتعارفوا ، ان أكرمكم عند الله أتقاكم » •

(الحجرات : ١٣)

« •• واذا قلتم فاعدلوا ولو كان ذا قربى » •

(الأنعام : ١٥٢)

« ان الله يأمر بالعدل والاحسان وايتاء ذى القربى وينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى ، يعظكم لعلكم تذكرون » •

(النحل : ٩٠)

« •• ألا لعنة الله على الظالمين » • (هود : ١٨)

« •• ما للظالمين من حميم ولا شفيع يطاع » •

(غافر : ١٨)

« وتلك القرى أهلكناهم لما ظلموا وجعلنا لمهلكهم موعدا » •

(الكهف : ٥٩)

ومن الحديث النبوى الشريف فى النهى عن الظلم :

— « من مشى مع ظالم ليعينه وهو يعلم أنه ظالم فقد خرج من الاسلام » • (الطبرانى وأحمد)

—« يقول الله عز وجل : وعزتى وجلالى لأنتقمن من الظالم فى عاجله وآجله • ولأنتقمن ممن رأى مظلوما فقدر أن ينصره فلم ينصره » • (أحمد)

— « لعن الله من رأى مظلوما فلم ينصره » • (الديلمى)

---

(١٩) صلاح عبد القادر البكرى : **القرآن وبناء الانسان** • جدة • تهامة ، ١٩٨٢ ، ص ١٠٥ •

— « ان الناس اذا رأوا الظالم فلم يأخذوا على يديه أوشك أن يعمهم الله بعقاب منه » . (أبو داوود)

— « اذا رأيت أمتى لا يقولون للظالم منهم : أنت ظالم ، فقد تودع منهم » (الترمذى)

— « دعـوة المظلوم مستجابة وان كان فاجرا ، ففجوره على نفسه » . (أحمد)

* * *

خامسا — الصدق والأمانة :

ان الاستمساك بالصدق فى كل شىء ، وتحريه فى كل قضية ، والالتجاء اليه فى كل حكم .. دعامة أساسية فى خلق المسلم وصبغة ثابتة فى سلوكه . وكذلك كان بناء المجتمع فى الاسـلام قائما على محاربة الظنون ، ونبذ الشائعات ، فان الحقائق وحدها هى التى يجب أن تظهر وتغلب وأن تعتمد فى اقرار العلاقات المختلفة بين الناس .

قال رسول الله ﷺ : « اياكم والظن فان الظن أكذب الحديث ». (البخارى)

وقال : « دع ما يريبك الى مالا يريبك ، فان الصدق طمأنينة ، والكذب ريبة » . (الترمذى)

وقد نعى القرآن على أقوام جريهم وراء الظنون التى ملأت عقولهم بالخرافات ، وأفسدت حاضرهم ومستقبلهم بالأكاذيب ، فقال :

« .. ان يتبعون الا الظن وما تهوى الأنفس ، ولقد جاءهم من ربهم الهدى » . (النجم : ٢٣)

وقال : **« وما لهم به من علم ، أن يتبعون الا الظن ، وأن الظن لا يغنى من الحق شيئا »** (النجم : ٢٨)

ولقد كان السلف الصالح يتلاقون على الفضائل ويتعارفون بها ، فاذا أساء أحد السيرة وحاول أن ينفرد بمسلك خاطىء ، بدا بعمله هذا — كالأجرب بين الأصحاء ، فلا يطيب له مقام بينهم حتى يبرأ من علته وكانت المعالم الأولى للجماعة المسلمة صدق الحديث ودقة الأداء وضبط

الكلام •• أما الكذب والنفاق والتدليس والافتراء ، فهى أمارات انقطاع الصلة بالدين ، أو هى اتصال بالدين على أسلوب المدلسين والمفترين ، أى أسلوب الكذابين فى مخالفة الواقع •

ان الكذب رذيلة محضـــة تنبـــىء عن تغلغل الفســاد فى نفس صاحبها، وعن سلوك ينشىء الشر ويندفع الى الاثم •• هناك رذائل يلتاث بها الانسان ، تشبه الأمراض التى تعرض للبدن ، بل هى حقا أمراض اجتماعية أو خلقية ، ولا يصح منها الا بعد علاج طويل ، كالخوف الذى يصاب به العيابون ، أو الحرص الذى تنقبض به الأيدى • وقـــد تكون هناك أعذار لمن يشعرون بوسواس الحرص أو الخوف عندما يواجهـــون مواقف التضحية والفداء •• ولكنه لا عذر البتة لمن يتخذون الكذب خلقاً ويعيشون به على خديعة الناس •

قال رسول الله ﷺ : « يطبع المؤمن على الخلال كلها ، الا الخيانة والكذب » • (أحمد)

وكلما اتسع نطاق الضرر اثر كذبة يشيعها أفاك جرىء كان الوزر عند الله أعظم • وهذا الضرب من الافتراء فاحش فى حقيقته ، وخيـــم فى نتيجته • ويدخل فى نطاق هذا الافتراء ، سائر ما ابتدعه الجهال ، وأقحموه على دين الله من محدثات لا أصل لها ، عدها العوام ديناً ، وما هى بدين ، ولكنها لهو ولعب •

والمرء قد يستسهل الكذب حين يمزح ، حاسباً أن مجال اللهو لا خطر فيه على أخبار أو اختلاف •• ولكن الاسلام الذى أباح الترويح عن القلوب لم يرض وسيلة لذلك الا فى حدود الصدق المحض ، فان فى الحلال مندوحة عن الحرام ، وفى الحق غناء عن الباطل • والمشاهد أن الناس يطلقون العنان لأخيلتهم فى تلفيق الأضاحيك ولا يحسون حرجاً فى ادارة أحاديث مفتراة على ألســـنة خصومهم أو أصدقائهم ليتندروا بها أو يسخروا منها • وقد حرم الدين هـــذا المسلك تحريماً تاماً ، اذ الحق أن اللهو بالكذب ، كثيراً ما ينتهى الى أحزان وعداوات •

قال رسول الله ﷺ : « ويل للذى يحدث بالحديث ليضحك منه القوم فيكذب ، ويل له ، ويل له » . (الترمذى)

والاسلام يستلزم من معتنقه أن يكون ذا ضمير يقظ ، تصان بـه حقوق الله وحقوق الناس ، وتحرس به الأعمـال من دواعى التفريط والاهمال ، ومن ثم أوجب على المسلم أن يكون « أميناً » .. والأمانة واسعة الدلالة ، وهى ترمز الى معان شتى مناطها جميعا شعور الفرد بتبعته فى كل أمر يوكل اليه ، وادراكه الأكيد بأنه مسئول أمام ربه ، على النحو الذى فصله الحديث النبوى الكريم : « كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته ، فالامام راع ومسئول عن رعيته ، والرجل راع فى أهله وهو مسئول عن رعيته ، والمرأة فى بيت زوجها راعية وهى مسئولة عن رعيتها ، والخادم فى مال سيده راع وهو مسئول عن رعيته » .

(رواه البخارى)

وعن أنس قال : ما خطبنا رسول الله ﷺ الا قال : « لا ايمان لمن لا أمانة له ولا دين لمن لا عهد له » . (رواه أحمد)

ومن معانى الأمانة وضع كل شىء فى المكان الجدير به واللائق له ، فلا يسند منصب الا لصاحبه الحقيق به ، ولا تملأ وظيفة الا بالرجـل الذى ترفعه كفايته اليها . فالأمانة تقضى بأن نختار للأعمال أحسـن الناس قياماً بها ، فاذا ملنا عنه لغيره — لهوى أو مجاملة أو قرابة — فقد ارتكبنا بذلك خيانة فادحة . قال رسول الله ﷺ : « من استعمل رجلا على عصابة وفيهم من هو أرضى لله منه ، فقد خان الله ورسوله والمؤمنين » . (رواه الحاكم)

وجاء رجل يسأل رسول الله ﷺ : متى تقوم الساعة ؟ فقال له « اذا ضيعت الأمانة ، فانتظر الساعة » . فقال : وكيف اضاعتها ؟ قال عليه الصلاة والسلام : « اذا وسد الأمر لغير أهله فانتظر الساعة »[٢٠].

(رواه البخارى)

---

(٢٠) محمد الغزالى : **خلق المسلم** (ط ٨) . القاهرة : دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ .

ومن معانى الأمانة أن يحرص المرء على أداء واجبه كاملا فى العمل الذى يناط به ، وأن يبذل جهده فى اتمامه على خير وجه . فهـذه أمانة يمجدها الاسلام .. أن يخلص الشخص لعمله وأن يعنى باجادته ، وأن يسهر على حقوق الناس التى وضعت بين يديه .

ومن الأمانة ألا يستغل الشخص منصبه الذى عين فيه ، الحصول على منفعة لنفسه أو لذوى قرباه ، فان التشبع من المـال العام جريمة . وقد شدد الاسلام فى ضرورة التعفف عن استغلال النفوذ ، كما شدد فى رفض المكاسب غير المشروعة . قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا لا تخونوا الله والرسول وتخونوا أماناتكم وأنتم تعلمون . واعلموا أنما أموالكم وأولادكم فتنة وأن الله عنـده أجر عظيم » . (الأنفال : ٢٧ — ٢٨)

ومن الآيات القرآنية فى مجال الصدق والأمانة :

« يا أيهـا الذين آمنـوا اتقوا الله وكونوا مـع الصادقين » . (التوبة : ١١٩)

« ليجزى الله الصادقين بصدقهم .. » . (الأحزاب : ٢٤)

« ان الله يأمـركم أن تؤدوا الأمانات الى أهلهـا .. » . (النساء : ٥٨)

« والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون » . (المؤمنون : ٨)

« فان أمن بعضـكم بعضـا فليؤد الذى أؤتمن أمانته وليتق الله ربه .. » . (البقرة : ٢٨٣)

ومن الحديث النبوى الشريف : « أد الأمانة الى من ائتمنك ولا تخن من خانك » . (رواه أحمد وأبو داوود)

« المستشار مؤتمن » . (الطبرانى)

***

سادسا — الوفاء والاخلاص :

اذا أبرم المسلم عقدا فيجب أن يحترمه ، واذا أعطى عهدا فيجب أن يلتزمه . ومن الايمان أن يكون المرء عند كلمته التى قالها ، فيعرف

بين الناس بأن كلمته موثق غليظ لاخوف من نقضها . والوفاء بالعهديحتاج الى عنصرين ، اذا اكتملا فى النفس سهل عليها أن تنجز ما التزمت به، وهما قوة الذاكرة ، وقوة العزيمة .. فضعف الذاكرة ، وضعف العزيمة، عائقان كثيفان عن الوفاء بالعهد . والانسان لتجدد الأحداث أمامه ، وترادف الهموم المختلفة عليه — يفعل الزمان فعله العجيب فى نفسه، فتخبو المعالم الواضحة ، ويمسى ما كان بارزا فى نفسه لا يكاد يظهر . ولهذا فانه يفتقر الى مذكر دائم ليتغلب على النسيان .. فالذكر المطرد اليقظ ضرورة لازمة للوفاء . قال تعالى :

« .. وبعهد الله أوفوا ، ذلكم وصاكم به لعلكم تذكرون » .

(الأنعام : ١٥٢)

فاذا ذكر المرء الموثق المأخوذ عليه ، يجب أن ينضم الى هذا الذكر عزم مشدد على تنفيذه ، عزم يذلل الأهواء الجامحة ، ويهون الصعاب العارضة ، بحيث يمضى فى سبيل الوفاء بما التزم به مهما تجشم من مشاق وبذل من تضحيات .. وأقدار الرجال تتفاوت تفاوتا شاسعا فى هذا المضمار ، فان ثمن الوفاء قد يكون فادحا ، قد يكلف المال أو الراحة أو الأحبة أو الحياة . وعندما يستجمع الانسان الذهن الواعى والقلب الكبير ، فهو أهل للوفاء [٣١] .

والعهود الى يرتبط المسلم بها درجات ، فأعلاها مكانة وأقدسها ، العهد الأعظم الذى بين العبد وخالقه .. وان الله خلق الانسان بقدرته ورباه بنعمته ، وطلب منه أن يعرف هذه الحقيقـــة ، وأن يعترف بها ، وألا تشرد به المغويات ، فيجهلها أو يجحدها . قال تعالى :

« ألم أعهد اليكم يابنى آدم أن لا تعبدوا الشيطان ، انه لكم عدو مبين . وأن اعبدونى ، هذا صراط مستقيم » .

(يس : ٦٠ — ٦١)

ومن الوفاء المحمود أن يذكر الشخص ماضيه لينتفع به فى حاضره ومستقبله ، فاذا كان فى الماضى معسرا ثم أغناه الله ، أو مريضا فشفاه

---

(٢١) المرجع السابق ، ص ٥٢ .

الله ، فلا يجوز له أن يفصل بين أمسه ويومه بجدار سميك ، ثم يزعم أنه ما كان قط فقيرا ولا مريضا ، ويبنى على غروره بحاضره مسلكا كله فظاظة وجحود .

فهذا نوع من الغدر ينتهى بصاحبه الى النفاق الممقوت .

والاسلام يوصى باحترام العقود التى تسجل فيها الالتزامات المالية وغيرها ، ويأمر بانفاذ الشروط التى تتضمنها . قال تعالى :

« .. وأوفوا بالعهد ، أن العهد كان مسئولا » .

(الاسراء : ٣٤)

« وأوفوا بعهد الله اذا عاهدتم ولا تنقضوا الأيمان بعد توكيدها وقد جعلتم الله عليكم كفيلا ، ان الله يعلم ما تفعلون » .

(النحل : ٩١)

ان صلاح النية واخلاص القلب لرب العالمين ، يرتفعان بمنزلة العمل الدنيوى البحت ، فيجعلانه عبادة متقبلة . وان خبث الطوية ، يهبط بالطاعات المحضة ، فيقلبها معاصى شائنة فلا ينال المرء منها شيئا ، بعد التعب فى أدائها ، الا الفشل والخسارة . قال رسول الله ﷺ :

« ما من مسلم يغرس غرساً ، أو يزرع زرعاً ، فيأكل منه طير أو انسان ، الا كان له به صدقة » . (رواه مسلم)

والحق أن المرء ما دام قد أسلم لله وجهه وأخلص نيته ، فان حركاته وسكناته تحتسب خطوات الى مرضاة الله . وقد يعجز عن عمل الخير الذى يصبو اليه ، لقلة ماله أو لضعف صحته ، ولكن الله المطلع على خبايا النفوس يرفع الحريص على الاصلاح الى مراتب المصلحين ، والراغب فى الجهاد الى مراتب المجاهدين ، لأن بعد همتهم أرجح لديه من عجز وسائلهم .

حدث فى احدى الغزوات أن تقدم الى رسول الله ﷺ رجال يريدون أن يقاتلوا الكفار معه ، وأن يجودوا بأنفسهم فى سبيل الله ،

غير أن الرسول لم يستطع تجنيدهم ، فعادوا وفى حلوقهم غصة لتخلفهم عن الميدان ، وفيهم نزل قوله عز وجل :

« ولا على الذين اذا ما أتوك لتحملهم قلت لا أجد ما أحملكم عليه تولوا وأعينهم تفيض من الدمع حزنا ألا يجدوا ما ينفقون » .

(التوبة : ٩٢)

ولقد نوه النبى ﷺ بايمان أولئك القوم واخلاصهم ، فقال للجيش السائر :

« ان أقواما خلفنا بالمدينة ، ما سلكنا شعباً ولا وادياً الا وهم معنا ، حبسهم العذر » (٢٢) . (رواه البخارى)

* * *

سابعاً — الصبر :

قال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » .

(رواه مسلم)

اذا استحكمت الأزمات وتعقدت ، وترادفت الضوائق وطال ليلها ، فالصبر وحده هو الذى يشع للمسلم النور العاصم من التخبط، والهداية الواقية من القنوط . والصبر فضيلة يحتاج اليها المسلم فى دينه ودنياه . ولا بد أن يبنى عليه آماله وأعماله .. فيجب أن يوطن نفسه على احتمال المكاره دون ضجر وانتظار النتائج مهما بعدت ، ومواجهة الأعباء مهما ثقلت ، بعقل متفتح وقلب لم تعلق به ريبة . كما ينبغى أن يظل موفور الثقة بادى الثبات ، ويبقى موقنا بأن بوادر الصفو لابد آتية ، وأن من الحكمة ارتقابها فى سكون ويقين . وقد أكد الله سبحانه أن ابتلاء الناس لا محيص عنه ، حتى يأخذوا أهبتهم للنوازل المتوقعة ، فلا تذهلهم المفاجآت ، فقال تعالى :

« ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلوا أخباركم » .

(محمد : ٣١)

---

(٢٢) المرجع نفسه ، ص ٦٤ — ٦٥ .

ولا شك أن لقاء الأحداث ببصيرة مستنيرة واستعداد كامل أجدى على الانسان ، وأدنى الى احكام شئونه ، قال تعالى :

« •• وان تصبروا وتتقوا فان ذلك من عزم الأمور » •

(آل عمران : ١٨٦)

والصبر يعتمد على حقيقتين أساسيتين : الأولى ، تتعلق بطبيعة الحياة الدنيا •• فان الله جعلها دار تمحيص وامتحان ، والفترة التى يقضيها المرء بها فترة تجارب متصلة الحلقات ، يخرج فى امتحان ليدخل فى امتحان آخر قد يغاير الأول مغايرة تامة • كذلك قد يكتب القدر على البعض صنوفا من الابتلاء ، ربما انتهت بمصارعهم ، وليس أمام الفرد الا أن يستقبل البلاء الوافد بالصبر ، وما دامت الحياة امتحانا فلنكرس جهودنا للنجاح فيه •

والحقيقة الثانية تتعلق بطبيعة الايمان •• فالايمان صلة بين الانسان وبين الخالق سبحانه ، واذا كانت صلات المودة والصداقة بين الناس لا يعتد بها ولا ينوه بشأنها الا اذا تأكدت على مر الأيام واختلاف الحوادث ، فكذلك الايمان ، لا بد أن تخضع صلته بالابتلاء الذى يمحصها ، فاما كشف عن طيبها واما كشف عن زيفها • قال الله تعالى :

« أحسب الناس أن يتركوا أن يقولوا آمنا وهم لا يفتنون • ولقد فتنا الذين من قبلهم ، فليعلمن الله الذين صدقوا وليعلمن الكاذبين » •

(العنكبوت : ٢ — ٣)

على هاتين الحقيقتين يقوم الصبر ، ومن أجلهما يطالب الدين به• ولكن الانسان — ومن عادته تجاهل الحقائق — يدهش للصعاب اذا لاقته ، ويتبرم بالآلام اذا مسته ، ويقوم له من طبعه الهلوع ما يبغض له الصبر ويجعله فى حلقه كريه المذاق • فاذا أحرجه الأمر ، أو نزلت به كارثة ، ضاقت عليه الأرض بما رحبت ، وحاول أن يخرج من حالته بأسرع من لمح البصر • وأولى بالمسلم أن يدرب نفسه على طول الانتظار [٢٣] • قال تعالى :

---

(٢٣) نفس المرجع السابق ، ص ١٢٨ .

« خلق الانسان من عجل ، سأوريكم آياتى فلا تستعجلون » •

(الأنبياء : ٣٧)

وفى الحديث النبوى الكريم : « اذا أحب الله قوما ابتلاهم • فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » •

(رواه الترمذى)

والصبر أنواع : صبر على الطاعة ، وصبر على المعصية ، وصبر على النوازل ••

فأما الصبر على الطاعة فأساسه أن أركان الاســلام تحتاج فى القيام بها والمداومة عليها الى تحمل ومعاناة •• فالصلاة مثلا ، فريضة متكررة يقوم بها المسلم فى مواعيد محددة ، ويقول الله فيها :

« وأمر أهلك بالصلاة واصطبر عليها •• » (طه : ١٣٢)

« واستعينوا بالصبر والصلاة ، وانها لكبيرة الا على الخاشعين »•

(البقرة : ٤٥)

والتواصى بالصبر قرين التواصى بالحق ، وقد أقسم الله عز وجل على أن فلاح البشر منوط بها :

« والعصر • أن الانسان لفى خسر • الا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر » •

(سورة العصر)

والصبر عن المعاصى ، هو عنصر المقاومة للمغريات التى تنبت فى طريق الناس وتبين لهم اقتراف المآثم المحظورة • قال عليه الصـــلاة والسلام : « حفت الجنة بالمكاره ، وحفت النار بالشهوات » •

(رواه مسلم)

والادبار عن الشهوات لا يتأتى الا لصبور ، والصبر هنـــا أثر اليقين الحاسم والاتجاه الحازم الى ما يرضى الله • قال تعالى :

« •• ربنا أفرغ علينا صبرا وتوفنا مسلمين » •

(الأعراف : ١٢٦)

وهناك الصبر على ما يصيب المؤمن فى نفسه أو ماله أو أهله أو مكانته • وتلك كلها أعراض متوقعة ، وهيهات أن تخلو الحياة منها •

على أن المسلم اذا احتمى بالله ولجأ اليه صمد أمام الأحداث • ولن تفارق المؤمن رحمة الله ما دام يتمسك بدينه فى الأزمات ولا يتزعزع يقينه لدى الشدائد • قال تعالى :

« ولنبلونكم بشىء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، وبشر الصابرين • الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا انا لله وانا اليه راجعون • أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » •

(البقرة : ١٥٥ — ١٥٧)

* * *

ثامنا — الحياء :

الحياء أمارة صادقة على طبيعة الانسان ، فهو يكشف عن قيمة ايمانه ومقدار أدبه • وعندما ترى الشخص يتحرج من فعل ما لا ينبغى ، أو ترى حمرة الخجل تصبغ وجهه اذا بدر منه مالا يليق ، فاعلم أنه حى الضمير ، نقى المعدن ، طيب العنصر • واذا رأيت الشخص ضعيفا بليد الشعور ، ولا يبالى ما يأخذ أو يترك ، فهو امرؤ لا خير فيه ، وليس له من الحياء وازع يعصمه من اقتراف الآثام وارتكاب الخطايا •

وقد أوصى الاسلام بالحياء ، وجعل هذا الخلق السامى أبرز ما يتميز به المسلم من فضائل • قال رسول الله ﷺ : « ان لكل دين خلقا ، وخلق الاسلام الحياء » • (رواه مالك)

وكان النبى ﷺ أرق الناس طبعا ، وأنبلهم سيرة ، وأعمقهم شعورا بالواجب ، ونفورا من الحرام • عن أبى سعيد الخدرى :
« كان رسول الله أشد حياء من العذراء فى خدرها ، وكان اذا رأى شيئا يكرهه عرفناه فى وجهه » • (متفق عليه)

قال رسول الله ﷺ : « ان الله عز وجل اذا أراد أن يهلك عبدا نزع منه الحياء • فاذا نزع منه الحياء لم تلقه الا مقيتا ممقتا (مبغضا) فاذا لم تلقه الا ممقتا نزعت منه الأمانة • فاذا نزعت منه الأمانة لم

تلقه الا خائنا مخونا ، نزعت منه الرحمة • فاذا نزعت منه الرحمة لم تلقه الا رجيما ملعنا • فاذا لم تلقه الا رجيما ملعنا نزعت منه ربقة (رباط) الاسلام » • (رواه ابن ماجه)

وهذا ترتيب دقيق فى وصفه لأمراض النفوس وتتبعه لأطوارها، وكيف تسلم كل مرحلة خبيثة الى أخرى أشد نكرا •• فان الشخص اذا مزق الحجاب عن وجهه ، ولم يتهيب على عمله حسابا ، ولم يخش فى سلوكه لومة لائم ، مد يد الأذى للناس ، وطغى على كل من يقع فى سلطانه • ومثل هذا الشخص الشرس لن يجد قلبا يعطف عليه ، بل انه يغرس الضغائن فى القلوب وينميها [٢٤] •

وللحياء مواضع يستحب فيها •• فالحياء فى الكلام يتطلب من المسلم أن يطهر فمه من الفحش ، وأن ينزه لسانه عن العيب ، فان من سوء الأدب أن تفلت الألفاظ البذيئة من المرء غير عابىء بمواقعها وآثارها •

قال رسول الله ﷺ : « الحياء من الايمان والايمان فى الجنة ، والبذاء من الجفاء والجفاء فى النار » • (رواه أحمد)

ومن الحياء فى الكلام أن يقتصد المسلم فى تحدثه بالمجالس ، فان بعض الناس لايستحيون من امتلاك ناصية الحديث فى المحافل والاجتماعات ، فيملأون الأفئدة بالضجر من طول ما يتحدثون ، وقد كره الاسلام هذا الصنف من الناس • وسر هذا البغض ان أخبار هؤلاء المتشدقين لا تخلو من المبالغة ، لعل خلقية كان الحياء علاجها الشافى لو أنهم استمسكوا به •

ومن الحياء أن يخجل الانسان من أن يؤثر عنه سوء ، وأن يحرص على بقاء سمعته نقية من الشوائب بعيدة عن الاشاعات السيئة •• فان الرجل الذى يخجل من الظهور برذيلة لا تزال فيه بقية

---

(٢٤) نفس المرجع ، ص ١٥٩ .

من خير ، والرجل الذى يطلب الظهور بالفضيلة لا تزال فيه بقية من شر • وينبغى على الانسان أن يخجل من نفسه كما يخجل من الناس ، واذا كره أن يراه الناس على نقيصة فليكره أن يرى نفسه على مثلها• ومن ثم كان لزاما على المسلم أن يبتعد عن الدنايا والنقائص ، ما ظهر منها وما بطن ، سواء خلا بنفسه أو برز الى الناس •

ان الحياء ملاك الخير ، وهو عنصر النبل فى كل عمق يشوبه ، قال رسول الله ﷺ : « ما كان الفحش فى شىء الا شانه ، وما كان الحياء فى شىء الا زانه » • (رواه الترمذى)

ومن حياء الانسان مع الناس أن يعرف لأصحاب الحقوق منازلهم، وأن يؤتى كل ذى فضل فضله • فللغلام مع من يكبرونه ، وللطالب مع من يعلمونه مسلك يقوم على التأدب والاحترام والتقديم ، فلا يسوغ أن يرفع فوقهم صوته ، ولا أن يسبقهم فى خطوه • وفى الحديث : « تواضعوا لمن تعلمون منه » • (رواه الطبرانى)

« اللهم لا يدركنى زمان لا يتبع فيه العليم ، ولا يستحيا فيه الحليم » (رواه أحمد)

والحياء فى أسمى منازله وأكرمها يكون من الله عز وجل ، فنحن نطعم من خيره ونتنفس فى جوه ، وندرج على أرضه ، ونستظل بسمائه • ان حق الله على عباده عظيم ، ولو قدروه حق قدره لسارعوا الى الخيرات يفعلونها من تلقاء أنفسهم ، ولباعدوا عن السيئات، خجلا من مقابلة الخير بالجحود •

عن ابن مسعود ، قال رسول الله ﷺ : « استحيوا من الله حق الحياء ، قلنا : انا نستحى من الله يا رسول الله — والحمد لله — قال : ليس ذلك •• الاستحياء من الله حق الحياء أن تحفظ الرأس وما وعى ، والبطن وما حوى ، وتذكر الموت والبلى • ومن أراد الآخرة ترك زينة الحياة الدنيا ، وآثر الآخرة على الأولى • فمن فعل ذلك فقد استحيا من الله حق الحياء » • (رواه الترمذى)

وهذه العظة تستوعب كثيرا من آداب الاسلام ومناهج الفضيلة..
فان على المسلم تنزيه لسانه أن يخـوض فى باطل ، وبصره أن يرمق عورة ، وأذنه أن تسترق سرا . وعليه أن يفطم بطنه عن الحرام ، ويقنعها بالطيب الميسور . ثم عليه أن يصرف أوقاته فى العمل الصالح ومرضاة الله ، وايثار ما لديه من ثواب ، فلا تستخفه نزوات العيش ومتعه الخادعة .. فان فعل ذلك عن شعور ويقين بأن الله يرقبه ، ونفور من اقتراف تفريط فى جنب الله ، فقد استحيا من الله حق الحيـاء .

والحياء بهذا الشمول هو الدين الخالص كله ، فاذا أطلق على طائفة من الأعمال الجميلة فهو جزء من الايمان .

* * *

تاسعا ــ الأخـاء :

ليست هناك دواعى معقولة تحمل الناس على أن يعيشوا أشتاتا متناكرين ، بل ان الدواعى على المنطق الحق والعاطفة السليمة تعطف البشر بعضهم على البعض الآخر ، وتمهد لهم مجتمعا متكافلا تسوده المحبة ، ويمتد به الأمان على ظهر الأرض . والله عز وجل رد أسباب الناس وأجناسهم الى أبوين اثنين ، ليجعل من هذه الرحم الماسة ملتقى تتشابك عنده الصلات وتستوثق . قال تعالى :

« يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شـعوبا وقبائل لتعارفوا ، ان أكرمكم عند الله أتقاكم ، ان الله عليم خبير ».
(الحجرات : ١٣)

فالتعارف ــ لا التنافر ــ أساس العلاقات بين البشر ، وكل رابطة توطد هذا التعارف وتزيح من طريقه العوائق فهى رابطة يجب تدعيمها ، والانتفاع بخصائصها . وليس الاسلام مجرد رابطة تجمع بين عدد من الناس فحسب ، ولكنه جملة الحقائق التى تقر الأوضاع الصحيحة بين الناس وربهم ، ثم بين الناس أجمعين .

ان الأثرة ــ الأنانيـة ــ آفة الانسـان ، اذا سـيطرت نزعتهـا على شـخص محقت خـيره ونمت شره ، وحصرته فى نطـاق ضيق لا يعرف فيـه الا شـخصه ، ويصـبح متمركـزا

حول ذاته ، ولا يهمه شيء من شئون الآخرين • وقد حارب الاسلام هذه الأثرة الظالمة بالأخوة العادلة ، وأفهم الانسان أن الحياة ليست له وحده ، وأنها لا تصلح به وحده • فليعلم أن هناك أناسا مثله ، ان ذكر حقه عليهم ومصلحته عندهم فليذكر حقوقهم عليه ومصالحهم عنده • ان هذا التذكر يخلع المرء من أثرته ، ويحمله على الشعوربغيره حين يشعر بنفسه (٢٥) •

ومن حق أخيك عليك أن تكره ضرره ، وأن تبادر الى دفعه عنه ، فان مسه أذى شاركته الألم . وأحسست معه بالحزن • قال رسول الله ﷺ : « مثل المسلمين فى توادهم وتعاطفهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد ، اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء بالسهر والحمى » (رواه البخارى)

« المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه • من كان فى حاجة أخيه كان الله فى حاجته ، ومن فرج عن مسلم كربة فرج الله عنه بها كربة من كرب يوم القيامة • ومن ستر مسلما ستره الله يوم القيامة » •
(رواه البخارى ومسلم)

« ان الله يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالى ؟ اليوم أظلهم فى ظلى يوم لا ظل الا ظلى » • (رواه مسلم)

« من استعاذ منكم بالله فأعيذوه ومن سأل بالله فأعطوه ، ومن دعاكم فأجيبوه ، ومن صنع اليكم معروفا فكافئوه ، فان لم تجدوا ما تكافئوه فادعوا له حتى تروا أن قد كافأتموه » •
(رواه أحمد ، وأبو داوود ، والنسائى)

« حق الجار ان مرض عدته ، وان مات شيعته ، وان افتقر أقرضته ، وان أعوز سترته ، وان أصابه خير هنأته ، وان أصابته مصيبة عزيته ، ولا ترفع بناءك فوق بنائه فتسد عليه الريح ، ولا تؤذيه بريح قدرك الا أن تغرف له منها » • (رواه الطبرانى)

---

(٢٥) نفس المرجع ، ص ١٦٦ •

« ما زال جبريل يوصينى بالجار حتى ظننت أنه سيورثه » .
(متفق عليه)

ومن حق الأخوة أن يشعر المسلم بأن اخوانه ظهير له فى السراء والضراء وأنه لا يتحرك وحده فى خضم الحياة ، بل ان قوى المؤمنين تسانده وتشد من أزره فى مسيرته . ومن ثم كانت الأخوة الخالصة نعمة مضاعفة ، فهى نعمة التجانس الروحى والمادى معا . قال تعالى :

« .. واذكروا نعمة الله عليكم اذ كنتم أعداء فألف بين قلوبكم فأصبحتم بنعمته أخوانا .. » . (آل عمران : ١٠٣)

ورهب الاسلام من يلعب بهم الشيطان ويغريهم بالتطاول على اخوانهم طلبا للاستعلاء فى الأرض ، فبين أن هؤلاء المتطاولين سوف يتضاءلون يوم القيامة ، وعلى قدر ما انتفخوا ينكمشون حتى يصيروا هباء . وفى الحديث : « يحشر المتكبرون يوم القيامة أمثال الذر فى صور رجال يغشاهم الذل من كل مكان » . (رواه الترمذى)

وقال تعالى :

« وقال ربكم ادعونى أستجب لكم ، ان الذين يستكبرون عن عبادتى سيدخلون جهنم داخرين » . (غافر : ٦٠)

« سأصرف عن آياتى الذين يتكبرون فى الأرض .. »
(الأعراف : ١٤٦)

« قال فاهبط منها فما يكون لك أن تتكبر فيها فاخرج انك من الصاغرين » . (الأعراف : ١٣)

وقال رسول الله ﷺ : « قال الله عز وجل : العز ازارى ، والكبرياء ردائى ، فمن ينازعنى عذبته » . (رواه مسلم)

ومما يمزق أواصر الأخوة التهكم والازدراء والسخرية من الآخرين . ان هذه الأخلاق تنشأ عن جهالة وغفلة . فان من حق الضعيف أن يجد المساندة دون النيل منه ، ومن حق الحائر القلق الملهوف أن يرشد الى الطريق القويم لا التهكم عليه . واذا وجدت

بشخص عاهة أو عرضت له سيئة فآخر ما يتوقع من أخيه المسلم أن يجعل ذلك مثار تندره واستهزائه • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا لا يسخر قوم من قوم عسى أن يكونوا خيرا منهم ولا نساء من نساء عسى أن يكن خيرا منهن » •

(الحجرات : ١١)

ومما اتخذه الاسلام لصيانة الأخوة ومحو الفروق المصطنعة ، توكيد التكافؤ فى الدم والتساوى فى الحق ، واشعار العامة والخاصة بأن التفاخر بالأنساب باطل • فلا يفضل أحد أخاه فى الاســـلام الا بالتقوى والعمل الصالح • قال رسول الله ﷺ :

« اذا كان يوم القيامة أمر الله مناديا ينادى : ألا انى جعلت نسبا ، وجعلتم نسبا • فجعلت أكرمكم أتقاكم ، فأبيتم الا أن تقولوا : فلان بن فلان • فاليوم أرفع نسبى وأضع أنسابكم » •

(رواه البيهقى)

وهذا تأكيد لقوله تعالى :

« فاذا نفخ فى الصور فلا أنساب بينهم يومئذ ولا يتساءلون • فمن ثقلت موازينه فأولئك هم المفلحون • ومن خفت موازينه فأولئك الذين خسروا أنفسهم فى جهنم خالدون » •

(المؤمنون : ١٠١ — ١٠٣)

* * *

عاشرا — الاتحاد والتعاون :

تقوم شرائع الاسلام وآدابه على اعتبار الفرد جزءا لا يتجــزأ ولا ينفصم من كيان الأمة ، وعضوا موصولا بجسمها لا ينفك عنها ، فهو — طوعا أو كرها — يأخذ نصيبه مما يتوزع على الجسم كله من غذاء ونمو وشعور • وقد جاء الخطاب الالهى مقرا هذا الوضع ، فلم يتجه للفرد وحده بالأمر والنهى ، انما تناول الجماعة كلها بالتأديب والارشاد • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا اركعوا واسجدوا واعبدوا ربكم وافعلوا الخير لعلكم تفلحون • وجاهدوا فى الله حق جهاده •• »

(الحج : ٧٧ ، ٧٨)

فاذا وقف المسلم بين يدى ربه ليتضرع اليه ويناجيه ، لم تجر العبادة على لسانه كعبد منفصل عن اخوانه ، بل كطرف من مجموع متسق مرتبط يقول : **« اياك نعبد واياك نستعين »** •
(الفاتحة : ٥)

ثم يسأل الله من خيره وهداه ، فلا يختص نفسه بالدعاء ، بل يطلب رحمة الله له ولغيره ، فيقول :

« اهدنا الصراط المستقيم • صراط الذين أنعمت عليهم » •
(الفاتحة : ٦ — ٧)

ان الله عز وجل لم يخلق الناس لينقسموا ويختلفوا •• لقد شرع لهم دينا واحدا ، وأرسل أنبياءه تترى ليقودوا الناس كافة فى طريق واحد ، وحرم عليهم من الأزل أن يصدعوا الدين وأن يتفرقوا حوله •

بيد أن الناس فى غمرة الحياة واتباع الشهوات تناسوا هذه الوصية الكريمة ، وتنكروا لهذا التراث العظيم ، فانقسم الناس أحزابا ، وصار كل حزب يكيد للآخر ويتربص به (٢٦) • قال تعالى :

« يا أيها الرسل كلوا من الطيبات واعملوا صالحا ، انى بما تعملون عليم • وان هذه أمتكم أمة واحدة وأنا ربكم فاتقون • فتقطعوا أمرهم بينهم زبرا ، كل حزب بما لديهم فرحون • فذرهم فى غمرتهم حتى حين » •
(المؤمنون : ٥١ — ٥٤)

وبين الله عز وجل أن اتباع الهوى ومتابعة البغى هو سر هذا الافتراق الواسع •• والحق أن العلم عندما ينفصل عن الخلق ، ويفارقه الاخلاص ، يمسى وبالا على أهله وعلى الناس • وقد كان رسول الله ﷺ يستعيذ بالله من علم لا ينفع •• وقال تعالى :

« وما تفرقوا الا من بعد ما جاءهم العلم بغيا بينهم •• »
(الشورى : ١٤)

---

(٢٦) نفس المرجع ، ص ١٧٥ •

فالنظر الى ضراوة العلم عندما يفقد الاخلاص لله والرفق بالعباد كيف يثير الفرقة ، ويقطع ما أمر الله به أن يوصل .. ان اختلاف الأفهام وتضارب الآراء ليس بمستغرب فى الحياة ، ولكن ليس هـذا سبب التقاطع والشقاق . انما يعود سبب الشقاق الى أسهام عوامل أخرى وانضمامها ، تستغل تباين الأفطار والآراء للتنفيس عن أهواء باطنة . ومن ثم ينقلب البحث عن الحقيقة الى ضرب من العناد لاصلة له بالعلم البتة . ولما كان هذا الاختلاف المريب مفسدا لدين الله ودنيا الناس فقد اعتبره الاسلام انفصالا عنه . قال تعـالى فى كتابه الكريم محـذرا المسلمين من الخلاف فى الدين والتفرق فى فهمه شيعا متناحرة كما فعل الأولون :

« ولا تكونوا كالذين تفرقوا واختلفوا من بعد ما جاءهم البينات ، وأولئك لهم عذاب عظيم . يوم تبيض وجوه وتسود وجوه ، فأما الذين اسودت وجوههم أكفرتم بعد ايمانكم فذوقوا العذاب بما كنتم تكفرون . وأما الذين ابيضت وجوههم ففى رحمة الله هم فيها خالدون » .

(آل عمران : ١٠٥ — ١٠٧)

ان ائتلاف القلوب والمشاعر ، واتحاد الغايات والمناهـج ، من أوضح تعاليم الاسلام ، وألزم صفات المسلمين المخلصين . ولا ريب أن توحيد الصفوف واجتماع الكلمة هما الدعامة الوطيدة لبقاء الأمة ، ودوام دولتها ، ونجاح رسالتها . ولئن كانت كلمة التوحيد باب الاسلام فان توحيد الكلمة سر البقاء فيه ، والابقاء على رسالته ، والضـمان الأول للقاء الله سبحانه وتعالى بوجه مشرق وصفحة نقية .

ولكى يمتزج المسلم بالمجتمع الذى يحيا فيه شرع الله الجماعة للصلوات اليومية ورغب فى حضورها وتكثير الخطو اليها ، ثم ألزم أهل الحى أو العشيرة أن يلتقوا كل أسبوع لصلاة الجمعة . وبعد هذا دعا الى اجتماع أكبر فى صلاة العيد جعل مكانه الأرض الفضـاء خارج البلدة ، وأمر الرجال والنساء بالمشاركة فيه اتماما للنفع وزيادة فى الخير .. ثم أذن الى حشد أضخم يضم الشتات من المشرق الى المغرب . ففرض الحج ، وجعل له مكانا معلوما وزمانا محدودا ، حتى يجعل اللقاء بين أجناس المسلمين أمرا محتوما .

وكان رسول الله ﷺ شديد التحذير من عواقب الاعتزال والفرقة ،
والسلام : « الشيطان يهم بالواحد والاثنين فاذا كانوا ثلاثة لم يهم
وكان فى حله وترحاله يوصى بالتجمع والاتحاد ، قال عليه الصلاة
والسلام : « الشيطان يهم بالواحد والاثنين فاذا كانوا ثلاثة لم يهم
بهم » . (رواه مالك)

« المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » .
(رواه البخارى ومسلم)

وقال تعالى :

« والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض ، يأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة ويطيعون الله ورسوله، أولئك سيرحمهم الله ، ان الله عزيز حكيم » . (التوبة : ٧١)

ان الناس اذا لم يجمعهم الحق شعبهم وشتتهم الباطل ، واذا لم توحدهم عبادة الرحمن مزقتهم عبادة الشيطان ، واذا لم يستهوهم نعيم الآخرة تخاصموا على متاع الدنيا . لذلك كان التطاحن المر من خصائص الجاهلية المظلمة وصفة من لا ايمان لهم . قال رسول الله ﷺ : « لا ترجعوا بعدى كفارا ، يضرب بعضكم رقاب بعض » .
(رواه الترمذى)

ان الشقاق يضعف الأمم القوية ، ويميت الأمم الضعيفة . ولذلك جعل الله أول عظة للمسلمين — بعد انتصارهم فى غزوة « بدر » — أن يوحدوا صفوفهم ويجمعوا أمرهم . ولما تطلعت النفوس للغنائم، تشتهى حظها وتتنافس على اقتسامها نزل قوله تعالى :

« يسألونك عن الأنفال ، قل الأنفال لله والرسول ، فاتقوا الله وأصلحوا ذات بينكم ، وأطيعوا الله ورسوله ان كنتم مؤمنين » .
(الأنفال : ١)

ثم أفهمهم أن الاتحاد فى العمل لله هو طريق النصر المحقق • قال تعالى :

« وأطيعوا الله ورسوله ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ريحكم » •

(الأنفال : ٤٦)

وحذرهم من أن يسلكوا فى التكالب على الدنيا مسلك الذين لا يرجون عند الله ثوابا ، فقال تعالى :

« ولا تكونوا كالذين خرجوا من ديارهم بطرا ورئاء الناس ويصدون عن سبيل الله ، والله بما يعملون محيط » •

(الأنفال : ٤٧)

ثم تلقى المسلمون فى « أحد » لطمة موجعة أفقدتهم عددا لا يستهان به من أبطالهم ، وردتهم الى المدينة وهم يعانون الأمرين من خزى الهزيمة وشماتة الكافرين • ولم ذلك ؟ مع أن ايمانهم لم يتزعزع •• ذلك لأنهم تنازعوا وانقسموا وعصوا الله ورسوله • قال تعالى :

« ولقد صدقكم الله وعده اذ تحسونهم باذنه ، حتى اذا فشلتم وتنازعتم فى الأمر وعصيتم من بعد ما أراكم ما تحبون ، منكم من يريد الدنيا ومنكم من يريد الآخرة ، ثم صرفكم عنهم ليبتليكم •• » •

(آل عمران : ١٥٢)

وكان ذلك يعود الى انحلال عرى المسلمين وتفرقهم •

***

● **الخلاصة :**

يتلخص هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — يشمل النمو النفسي تلك المراحل التى يمر بها الفرد وتنمو فيها قدراته وتستكمل خلالها شخصيته ، فى اطار صحته النفسية • وتبدو مظاهر النمو النفسى فى النواحى الآتية : التكيف ، اشباع الحاجات الأساسية ، وتحقيق الشخصية السوية •

٢ — تتميز الشخصية السوية بالميزات السلوكية الآتية : القدرة على التحكم فى الذات ، تحمل المسئولية وتقديرها ، التعاون ، القدرة على الثقة المتبادلة ، الانسانية ، الديمقراطية ، مستوى الطموح •

٣ ــ هناك العديد من الآراء التى حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها تتلخص فى : تفتح الفرد لخبراته ، والقناعة الذاتية ، والوعى بالعلاقات مع الآخرين ، والاتجاه المنتج ، والعلاقة بالذات الحقيقية ، والشعور الاجتماعى أى التوحد مع البشر ، والشخص المحقق لذاته ، والقدرة على الخلق والابداع •

٤ ــ تميل الكائنات الحية الى تغيير نشاطها استجابة لما يحدث فى بيئتها من تغير • وعندما يطرأ تغير على البيئة فان الكائن يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير ويبحث عن وسائل جديدة لاشباع حاجاته •

٥ ــ تتلخص المؤشرات التى تشير الى التوافق والصحة النفسية للأفراد فى الآتى :

مدى تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وامكانياته ، مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية ، مدى نجاح الفرد فى عمله ورضاه عنه ، مدى كفاءة الفرد فى مواجهة مشكلات الحياة اليومية ، تنوع نشاط الفرد وشموله ، اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته ، ثبات اتجاهات الفرد ، وتصدى الفرد لمسئولية أفعاله وقراراته •

٦ ــ ان دراسة الشخصية تدعونا الى الاهتمام بموضوع الأخلاق والدين وعلاقتهما بالشخصية • ان الأخلاق فى الاسلام طرقت جميع جوانب الحياة الانسانية سواء أكانت روحية أو جسمية ، دينية أو دنيوية ، عقلية أو انفعالية ، فردية أو اجتماعية • ويحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الأذى والشر وسوء الخلق • ومن أهم المبادىء والقيم الأخلاقية التى يحث عليها الاسلام ما يأتى : أدب الحديث ، والتسامح والرحمة ، والحلم والصفح ، والعدالة فى الأقوال والأفعال ، والصدق والأمانة ، والوفاء والاخلاص ، والصبر ، والحياء ، والاتحاد والتعاون •

* * *

الفصل الرابع

توافق الشخصية

● مدخل :

التكيف — التوافق — مفهوم مستمد أساسا من علم الحياة « البيولوجيا » فيشير هذا المفهوم الى أن الكائن الحى يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعى الذى يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء .. ووفقا لهذا المفهوم يمكن أن يوصف سلوك الانسان كرد فعل للعديد من المطالب والضغوط البيئية التى يعيش فيها ، كالمناخ وغيره من عناصر الطبيعة . ففى فصل الصيف يحاول الانسان أن يتخفف من ملابسه ، فيرتدى أخف الثياب كى يتلاءم مع الجو الحار ، بينما فى فصل الشتاء يحاول أن يتدثر فى الملابس الثقيلة التى تقيه غائلة البرد. وفى الجو الحار يعمل الانسان على أن يتقى حرارة الشمس ويستخدم وسائل التبريد المختلفة ، ويتاول المرطبات ويتناول الأطعمة الخفيفة ، بينما يحاول فى شهور الشتاء أن يستخدم وسائل التدفئة ، ويتناول الأطعمة الدسمة كى تبعث الحرارة فى جسمه .. وتستهدف هذه العملية بأشكالها المختلفة تلاؤم الفرد مع الظروف البيئية الطبيعية التى يعيش فيها من أجل البقاء ، حسب النظرية البيولوجية للتوافق والتكيف .

ولقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجى للتكيف — والذى أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح « مواءمة » (Adaptation) — واستخدم فى المجالات النفسية والاجتماعية تحت مصطلح « تكيف/ توافق » (Adjustment) . فالانسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية ،

يستطيع أن يتوافق مع الظروف النفسية والاجتماعية المحيطة به والتى تستلزم منه باستمرار أن يتلاءم ويتكيف معها • وتدفع ظروف الحياة الفرد الى هذا التكيف ، ويساعده على ذلك ما لديه من ذكاء وقدرة على التطبع الاجتماعى •• ففى الطفولة مثلا يتطلب الآباء من الطفل أن يوائم نفسه ويكيفها مع مطالب البيئة وأن يعمل على اكتساب العادات والقيم وأنماط السلوك المقبولة ، وكذلك بالنسبة للراشد حيث يتوقع منه التوافق والمواءمة فى مجالات الدراسة والعمل والأسرة •

ان كل مرحلة من مراحل النمو تتطلب من الفرد أن يقوم بأدوار اجتماعية ونفسية معينة •• فالأدوار التى يقوم بها الفرد فى مرحلة الطفولة تختلف عن الأدوار التى يقوم بها فى شبابه أو كهولته • والانسان عادة يقوم بأداء أكثر من دور عندما يصل الى مرحلة الرشد ، وهذا يتطلب منه أن يزيد من قدراته على التوافق الاجتماعى وتعديل سلوكه [١] •

* * *

أبعاد التوافق

هناك ثلاثة أبعاد للتوافق :

١ — التوافق الشخصى •
٢ — التوافق الاجتماعى •
٣ — التوافق المهنى •

وسنناقش فيما يلى كلا من هذه الأبعاد ••

أولا — التوافق الشخصى :

هو أن يكون الشخص راضيا عن نفسه ، غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو عديم الثقة بها ، كما تتسم حياته النفسية بالخلو

---

(١) مصطفى فهمى : **التكيف النفسى** • القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧، ص ٩ — ١٠ •

من الصراعات النفسية والتوترات التى تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص • فالتوافق الشخصى يتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها ، واشباع الدوافع والحاجات الأساسية ، ويعبر عن آمن داخلى دون صراع أو شعور بالاحبـــاط أو بالمرارة ، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو فى مراحله المختلفة •

ان الشخص المتوافق/السوى هو الذى يقف من المشكلات التى تواجهه موقفا ايجابيا بناءاً ، بمعنى أنه يواجه العوامل التى تيسبب المشكلات ويحاول — فى حدود امكاناته أن يزيل هذه العوامل أو يتغلب عليها من خلال مواجهتها مواجهة موضوعية • أما الشخص غير المتوافق فهو الذى لا يستطيع أن يعالج العوامل المسببة للمشكلة بل يعـــالج مظاهرها فقط • وبمعنى آخر فهو يحاول أن يخفف من حـــدة التوتر الناشىء عن المشكلات التى يواجهها فى المجتمع اما عن طريق الهروب من المجتمع ، أو العدوان على المجتمع ، أو استعطافه واستجداء شفقته• وباختصار فانه يتكيف للبيئة بطريقة أو بأخرى من الطرق الســـلبية غير السوية •

ان الأساس فى انعـــدام التوافق الشخصى هو وجـــود صراع انفعالى لا شعورى حاد •• وينشأ هذا الصراع عادة فى مرحلة الطفولة ، حيث يكتسب الطفل هذا الصراع من والديه أو من يقوم مقامهما فى تربيته وتنشئته الاجتماعيـــة • ولكن ليس معنى هـــذا أن الوالدين يعلمان طفلهما هذا الصراع عن وعى وادراك ، بل أن الطرق الخاطئة التى يتبعها الوالدان فى معاملة طفلهما هى التى تسبب هذا الصراع اللاشعورى عند الأطفال • والواقع أن الصراع من خواص الحياة فى كل سن وفى كل مرحلة وفى كل طبقة اجتماعية ، ولكن أنواع الصراع تختلف فيما بينها ، فبعضها ضعيف والبعض الآخر قوى ، كما أن البعض شعورى والبعض الآخر لا شعورى •

ان تفسير الانحراف النفسى الناتج من الظروف الاجتماعية التى يمر بها الفرد تحتاج الى أن نوضح بعض العـــوامل النفسية التى

تتوسط بين هذه الظروف الاجتماعية من ناحية وبين الانحرافات السلوكية من ناحية أخرى . وهذه العوامل هى :

١ — الاحباط .　　　٢ — الصراع .
٣ — القلق .　　　٤ — الكبت .

وسنناقش هذه العوامل فيما يأتى[٢] :

١ — الاحباط :

« الاحباط هو تلك العملية التى تتضمن ادراك الفرد لعائق يحول دون اشباع حاجاته أو تحقيق هدفه ، أو توقع الفرد حدوث هذا العائق فى المستقبل » .

ويحدث الاحباط نتيجة لادراك الفرد للظروف والمواقف التى تحيط به ، والتى قد تختلف من فرد الى آخر .. فقد ينظر شخص الى موقف ما على أنه عامل احباطى الى حد كبير بينما ينظر شخص آخر نفس الموقف على أنه غير محبط ، وقد يسبب موقف ما الرضا للبعض بينما يسبب الضيق للبعض الآخر . ويتوقف نظرة الفرد الى الموقف وما اذا كان احباطيا ، على دوافع الفرد ومعتقداته وحاجاته وخبراته.

ومن العوامل الهامة التى تحدد ادراك الفرد للموقف الاحباطى مدى ثقة الفرد بذاته ، فالانسان الذى تمكنه ظروفه وامكاناته من التغلب على ما يصادفه من عقبات يحرز قدرا كبيرا من الثقة بالنفس. وتحدد ثقة الفرد بذاته مدى ادراكه للمواقف الاحباطية ، فالشخص الذى يثق بنفسه يستطيع أن يتغلب على المواقف الاحباطية . ويتأثر هذا الادراك أيضا بمدى ثقة الفرد فى البيئة المحيطة به ، وتتضمن هذه البيئة الأشخاص الآخرين ، والبيئة الطبيعية المحيطة بالفرد ، والبيئة الثقافية بما فيها من عناصر مختلفة . فاذا كانت هذه العوامل تتفاعل بحيث تشبع للفرد دوافعه وحاجاته وتعترف له بالمكانة والتقدير ،

---

(٢) سيد عبد الحميد مرسى : **سيكلوجية المهن** (ط ٤) . القاهرة : العالمية للنشر ، ١٩٧٧ ، ص ٢٥ — ٣٢ .

فان الفرد سوف يثق فى بيئته ، وتصبح نظرته اليها مليئة بالتفاؤل والأمل . أما اذا كانت هذه العوامل البيئية تقيم حواجز أو عوائق فى طريق اشباع الفرد لحاجاته فان ثقته بها ستضعف ، وبالتالى سيتوقع منها الاحباط ، بما يؤثر فى ادراكه للمواقف الاحباطية ، وبالتالى يؤثر فى سلوكه . فعندما تضعف ثقة الفرد فى بيئته فانه سيشك فى نوايا الآخرين ، ويفقد الثقة فى التنظيمات الاجتماعية السائدة فى البيئة ، ويتمنى فى قرارة نفسه انهيار البناء الاجتماعى القائم فى المجتمع .

ويمكن تقسيم الاحباط الى « احباط خارجى » و « احباط داخلى » .

(أ) الاحباط الخارجى — وينقسم الى :

١ — العوز الخارجى (الاحتياج) : وهو يتضمن نقصا فى حاجات الفرد الخارجية .. ومن أمثلة ذلك : حالة الفقر التى تكون سببا فى عدم اشباع الكثير من حاجات الفرد ، وكذلك حال الشخص الذى فقد والده فى طفولته فاه يشعر بالحاجة الى شخص يعتمد عليه . وهذا العوز جزء من واقع الشخص ويستمر معه مدة طويلة .

٢ — الحرمان الخارجى : وهو يعنى الحرمان الناشىء عن فقد الشخص لشىء خارجى كان يملكه ، مثل فقد عمل أو ممتلكات أو صديق عزيز . ويسبب هذا النوع من الحرمان احباطا شديدا ، خاصة اذا كان مفاجئا ، حيث يتطلب اعادة توافق الفرد مع بيئته .

٣ — الاعاقة الخارجية : وهى تتدخل بين الفرد وهدفه الذى يسعى الى تحقيقه فتحول دون تحقيق هذا الهدف . ومن أمثلة ذلك الأبواب المغلقة والطرق المسدودة والبعد فى المسافة وغير ذلك من العوائق المادية . وهناك أيضا عوائق اجتماعية تحول بين الفرد وتحقيق أهدافه ، كالمكانة الاجتماعية أو عدم التقبل أو النبذ ، وهذه تكون أشد وطأة من العوائق المادية .

(ب) الاحباط الداخلى — وينقسم الى :

١ — **العــوز (الاحتياج) الداخلى** : ومن أمثلة ذلك العيــوب والتشوهات الخلقية كفقدان السمع أو البصر أو الشلل أو التخلف العقلى أو ضعف البنية •

٢ — **الحرمان الداخلى** : ويتضمن الفقدان المفاجىء للبصر أو للسمع أو لأى عضو من أعضاء الجسم كان يتمتع به الفرد من قبل • مثال ذلك : فقد أحد عازفى البيانو لأصابع يديه فى حادث مثلا يسبب له احباطا شديدا أكثر مما يتعرض له شخص فقد أصابعه فى طفولته المبكرة •

٣ — **الاعاقة الداخلية** : مثال ذلك ، الرغبة فى حضور اجتماعين حدد لهما وقت واحد ، وهذا النوع من الاعاقة الداخلية يطلق عليــه أحيانا لقب « صراع » •

٢ — الصراع :

تؤدى بنا دراسة الاحباط الى دراسة عملية أخرى هى «الصراع» والصراع يتضمن وجود دافعين متعارضين يتعذر اشباعهما فى وقت واحد • وينقسم الصراع الى ثلاثة أنواع :

(أ) صراع الاقدام :

يتمثل هذا النوع من الصراع فى وجود موقفين متعادلين من حيث الصفات التى تجذب الفرد نحو كل منهما ، ولكن يتعذر عليه اشباعهما فى وقت واحد • مثال ذلك : الذى يمارس احــدى ألعابه المفضلة ، وهو فى الوقت نفسه جائع وقد حان وقت تناول الطعام ، فهو هنا قد تعرض لنوع من الصراع المؤقت فى سبيل الوصــول الى قرار معين يؤدى به الى تفضيل أحد الموضوعين على الآخر ، اما أن يستمر فى اللعب ويتنازل عن تناول الطعام مؤقتا ، أو يتناول الطعام ويؤجل اللعب الى وقت آخر •

(ب) صراع الاقدام /الاحجام :

وهو يتمثل فى وجود أمرين يود الشخص تحقيق أحدهما ، ولكن الأمر الآخر يمنعه من ذلك • وبمعنى آخر ينشأ هذا الصراع عن وجود رغبتين متعارضتين احداهما موجبة والأخرى سالبة • وفى كثير من الأحيان يكون للموقف الواحد الذى يتعرض له الشخص عوامل مشجعة على الاقتراب منه وأخرى منفرة منه • مثال ذلك : الطالب الذى يرغب فى النجاح بدرجة ممتازة ، وفى الوقت نفسه يخشى على صحته من الاجهاد وبذل الجهد الكبير •

ونشير هنا الى أنه عندما تكون الصفات الموجبة والصفات السالبة ذات درجة واحدة من الأهمية فان الصراع يكون قويا ، ويتأرجح الفرد نتيجة لذلك بين الاقدام والاحجام •• فهو عند اقدامه على الموقف المفضل تكبر فى نظره أضرار اقترابه وتتجسم فيبتعد عن الموقف ، وبمجرد ابتعاده تكبر فى نظره ميزات الموقف فيحاول الاقتراب ثانية ، ويظل هكذا متأرجحا بين الاقــدام والاحجام • ان هــذا النوع من الصراع كبير الأهمية بالنسبة لعملية التوافق ، اذ أن الوصول الى حل لهذا الصراع أمر صعب ، فكل حل يلجأ اليه الفرد يكــون مصحوبا بالاحباط • ان حل المشكلة لا بد أن يتضمن أحد أمرين : اما أن يفقد شيئا يحبه أو يقبل شيئا لا يرغب فيه •

(جـ) صراع الاحجام :

يتمثل هذا الصراع فى وجود الشخص أمام حالة ينشأ عنهــا موقفان كلاهما يلحق به ضررا ما •• مثال ذلك : حالة الجندى الذى يجد نفسه على أبواب معركة ، فانه يجد نفسه متنازعا بين دافعين : حرصه على حياته وخوفه من الموت ، ودافع آخر هو خوفه من العــار الذى يلحق به اذا هرب من المعركة والمحاكمة التى تنتظره • فالفرد هنا يواجه موقفين سلبيين أحلاهما مر ويلحق به ضررا ، ولكى يتجنب أحدهما فانه يضطر لمواجهة الآخر • وصراع الاحجام هــذا يسمى

« صراع الاحراج » • والواقع أننا نجد كثيرا من الأفراد لا يستطيعون فى مثل هذا الموقف أن يختاروا اتجاها معينا للسير فيه ، ويكون نتيجة ذلك أن يزداد تردد الفرد بين الموقفين ويعانى « القلق » الشديد •

٣ ــ القلق :

بناء على مناقشاتنا السابقة للصراع يمكن القول بأن القلق هـو العامل الأساسى الذى يتدخل فى حالات الانحـراف النفسى • ولكى ندرك معنى القلق لا بد أن نميز بينه وبين الخوف •• فالخوف يعتبر استجابة متعلمة مشتقة من الألم ، هذا بجانب أن له صفة الدافع ، اذ يمكن عن طريق خفضه تعلم استجابات جديدة • ويشارك القلق الخوف فى هذه الصفات ، كما أنه يشترك معه فى معظم الأعراض الخارجية أيضا • فمن أعراض القلق : اضطرابات فى القلب كالخفقان، واضطرابات فى النفس ، ونوبات من الدوار والاسهال وافراز العرق ، والشعور بالاعياء مما قد يصل الى حد الاغماء ، والقىء ، ونوبات من الارتجاف والتشنج العضلى ، وشدة التوتر والاستعداد للتهيج لأتفه الأسباب ، والاحساس العام بعدم الراحة •

ولكن القلق يختلف عن الخوف من ثلاثة نواح : الأولى ، هى أن الخوف استجابة انفعالية لخطر خارجى محدد ، فقد يخاف الجراح على حياة مريضه وتزداد عنايته به • أما القلق فيمكن أن نسميه الخوف من المجهول، فهو الخوف الذى لاأساس له فى العالم الواقعى• وكثيرا ماتسمع الأشخاص الذين يعانون قلقا مرضيا يقررون أنهم لا يعرفون لخوفهم مصدرا ، فهم يخافون من أنفسهم أو يخافون من لا شىء أو لا يعرفون مم يخافون • ومثل هذا الخوف يظهر بوضوح فى المواقف الجديدة التى يواجهها الفرد القلق لأول مرة مثل الأقبال على الزواج أو تحمل مسئولية جديدة أو السفر ، دون أن يكون لذلك سبب معقول •

والناحية الثانية التى يختلف فيها القلق عن الخوف هى أنه على الرغم من أن كلا من الخوف والقلق حالات توقعية الا أن مثيرات القلق

تأتى من داخل الفرد نفسه ، من دوافع معينة لارتكاب سلوك محرم وليس من خطر خارجى • وفى أثناء عقاب الطفل مثلا على الاستجابات المحرمة يكتسب الخوف نتيجة لارتباط هذه الاستجابات بالألم الناتج عن العقاب ، فيصبح الخوف مرتبطا بهذه الاستجابات وكذلك بالدوافع التى أدت اليهـا ، فكلما أثيرت هـذه الدوافع فانها تستثير معهـا القلق •

وهذا يؤدى بنا الى الناحية الثالثة التى يختلف فيها القلق عن الخوف •• تلك هى أن الألم الذى يتوسط فى اكتساب القلق ناتج عن عملية عقاب اجتماعية ، يوقعها عادة الأبوان أو من يقوم مقامهما ، وهذا مما يزيد من حدة الانفعال فى حالة القلق ، فالأبوان — بحكم اقترانهما فى خبرة الطفل بالعقاب — يصبحان هما ذاتهما من مثيرات الخوف • وهذا هـو أساس الشعور بالتناقض الوجدانى فى معظم الثقـافات المتحضرة •• فكما أن الوالدين يكافئان الطفل فانهما يعاقبانه كذلك ، الى جانب أنهما يوفران له الدفء العاطفى والرعاية والأمن والاشباع فانهما أيضا يثيران عنده الخوف ويسببان له الألم والتوتر • وعلى ذلك فلا يجد الطفل مفراً من أن يحب والديه ويرغبهما من ناحية ، كما بخافهما ويكرههما من ناحية أخرى • ولكن كراهية الوالدين تعتبر من أكبر مظاهر العدوان التى تجلب عقـاب المجتمع ، ولذلك فان هـذه الكراهية نفسها تصبح مثيرة للقلق •• وهكذا تتكرر مرة أخرى تلك العملية التى يكتسب القلق من خلالها •

٤ — الكبت :

مما يزيد الأمر تعقيدا بالنسبة للقلق عملية أخرى تعتبر نتيجة له ومسئولة عن ذلك الغموض الذى يحيط به ، تلك هى عملية « الكبت »• ومعنى الكبت استبعاد الدوافع المثيرة للقلق من الشعور •• فعندما يعاقب الأبوان الطفل لفعل خاطىء فان الدافع لارتكاب هذا الفعل يصبح مثيرا للقلق ، ولما كان القلق ذاته صفة للدافع فان القلق فى هذه الحالة يدفع الى عدة استجابات للتخلص من هذا المثير • ولما كان

المثير فى حالة القلق هو مثير داخلى ، فان الاستجابات التى يمكن أن تحقق هذا الغرض لا تخرج عن أحد الاحتمالات الثلاثة الآتية :

(أ) الهروب من المواقف أو المثيرات التى تبعث هذه الدوافع •

(ب) قمع هذه الدوافع •

(ج) كبت هذه الدوافع •

والاحتمال الأول غير وارد ، اذ يستحيل على الانسان أن يهرب من هذه المواقف ، حيث ان الثقافة التى نعيش فيها مليئة بمواقف التنافس والعدوان والاحباط وما أشبه ، مما يرتبط بالدوافع التى اقترنت بالعقاب أثناء عملية التطبيع « التنشئة الاجتماعية » كما أن الاحتمال الثانى متعذر ، لأن « القمع » عملية تتطلب توافر القدرة على الاستدلال والحكم والمقارنة وغير ذلك من العمليات العقلية العليا ، التى لا تكون قد نضجت بعد عند الطفل أثناء عملية التطبيع الاجتماعى • فلا يبقى اذن سوى الاحتمال الثالث وهو « الكبت » ، أى استبعاد هذه الدوافع من الشعور أو من القدرة على التعبير اللغوى — سواء فى ذلك اللغة الظاهرية أو اللغة الداخلية (أى التفكير) •

وليس معنى استبعاد الدوافع المثيرة للقلق من التفكير أنها تستأصل كلية ، فالمثيرات الداخلية للدوافع المحرمة تظل فعالة وتعمل على استثارة القلق كلما استثيرت باحدى الطرق الرمزية غير اللغوية • فعن طريق الكبت لا يستطيع الشخص أن يقول — سواء بلغة ظاهرة صريحة أو بمجرد التفكير : « أنا أكره أمى » أو « أنا أريد أن أضرب أمى » • ولكن مثل هذا الشخص قد يجد اما لذة كبرى أو ضيقا شديدا عند مشاهدة مباريات الملاكمة أو أفلام العنف أو رؤية اخوانه يتشاجرون ، وذلك دون تفسير واضح لهذه المشاعر ، فان مثل هذه المناظر تثير نزعاته العدوانية بطريقة لا شعورية •

وتلخيصا لما سبق مناقشته فيما يتعلق بالصراع والكبت يمكن القول بأن الطفل فى أثناء سعيه لخفض التوتر الناتج عن دوافعه المختلفة قد يصطدم بالسلطة الخارجية التى تستخدم العقاب فى عملية

التطبيع الاجتماعى • وسرعان ما يتحول الصراع بين الطفل والسلطة الى صراع بين الطفل ونفسه ، أى بين هذه الدوافع من ناحية وبين الخوف من العقاب من ناحية أخرى • ولما كانت هذه الدوافع مقرونة بالألم ومثيرة للخوف ، لذا يكبت الطفل هذه الدوافع ، أى يستبعد من شعوره كل ما يرتبط بها من أفكار أو ذكريات • ولكنها تظل مع ذلك فعالة بطريقة لا شعورية ، ولذا فانها تثير الخوف بطريقة لا شعورية أيضا ، أو بمعنى آخر تثير القلق •• ومعنى ذلك أن عملية الكبت تصبح حلا غير ناجح للصراع ، اذ يظل الصراع قائما بين الدوافع المكبوتة من ناحية وبين القلق المتعلق بها من ناحية أخرى ، ويصبح من الضرورى حينئذ الالتجاء الى أساليب سلوكية أخرى لحل هذا الصراع • وهذه الأساليب السلوكية التى يتخذها الفرد للتخفيف من حدة القلق الذى يعانيه من ناحية ، ولاشباع دوافعه من ناحية أخرى ، هى ما تسمى « بالأساليب اللاتوافقية للسلوك » أو «الحيل اللاشعورية» ، وسنناقشها فيما بعد •

* * *

ثانيا — التوافق الاجتماعى :

يعيش الانسان فى مجتمع ، وتحدث فى اطار المجتمع عمليات من التفاعل فيما بين الأفراد والجماعات والمجتمع • ويربط بين الأفراد نمط ثقافى معين ، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والعادات والقيم والمبادىء التى يخضعون لها ، للوصول الى حلول لمشكلاتهم بما يضمن استمرار بقائهم بطريقة سليمة •

وتعرف هذه العملية باسم « عملية التطبيع الاجتماعى » • فالتطبيع الاجتماعى يتم فى اطار العلاقات الاجتماعية التى تحيط بالفرد ويتفاعل معها ، سواء أكانت هذه العلاقات فى محيط الأسرة أو المدرسة أو الرفاق أو المجتمع العام • والتطبيع الاجتماعى هنا ذو طبيعة تكوينية ، لأن الكيان الشخصى والاجتماعى للفرد يبدأ فى اكتساب الطابع الاجتماعى السائد فى المجتمع ، من تنمية للحصيلة اللغوية وتشرب بالعادات والتقاليد السائدة وتقبل لبعض المعتقدات ونواحى الاهتمام

التى يؤكد عليها المجتمع • ولكن هذا الطابع الاجتماعى الذى يكتسبه الفرد لايكفى لاتمام عملية التطبيع الاجتماعى على الوجه الذى يحقق للفرد قدرا من التوافق الشخصى والاجتماعى ، الا فى نطاق الأبعاد التالية :

١ ــ الالتزام بأخلاقيات المجتمع :

ان عملية التطبيع الاجتماعى للفرد لا بد أن تتضمن التزامه بما فى المجتمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحى والتاريخى والاجتماعى• وتعتبر هذه الأخلاقيات علامات هامة على طريق الفرد ، تنبهه الى ما فى المجتمع من أوامر ونواهى ، بمعنى ما يحبذه من أساليب سلوكية وما ينهى عنه من محرمات وممنوعات ، ونواحى التفضيل المختلفة التى يؤيدها الكيان الثقافى لهذا المجتمع •

ان التزام الفرد بهذه الأخلاقيات ينمى لديه الشعور بالانتماء للمجتمع والتوحد مع الجماعة ، وبمدى رضاها عنه ، وارتياحها لما يصدر عنه ويتفق مع أخلاقيات الجماعة وقيمها •

٢ ــ الامتثال لقواعد الضبط الاجتماعى :

ينظم كل مجتمع انسانى مجموعة من القواعد والنظم التى تضبط علاقات الفرد بالجماعة والمجتمع العام ، وتحكمها وفقا لمعايير وقوانين ترتضيها الجماعة • والفرد فى أثناء عملية التطبيع الاجتماعى يتعرف على هذه القواعد والنظم ويتمثلها ، حتى تصبح جزءاً من تكوينه الاجتماعى ونمطا محددا لسلوكه فى الجماعة •

ان نمو قدرة الفرد أثناء عملية التطبيع على الضبط الاجتماعى هو أشبه بالرقيب الذى ينظم حياة الفرد الاجتماعية والنفسية داخل اطار العلاقات الاجتماعية ، وفى أثناء محاولته تأكيد ذاته والتعبير عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته ، وفى سعيه لتحقيق أهدافه ومستويات طموحه •

٣ ــ التفاعل الاجتماعى والتفاعل العائلى :

يتميز التفاعل العائلى ــ الأسرى ــ عن أى تفاعل اجتماعى آخر بخصائص معينة أساسها الود والترابط والحرية والصراحة والاستمرار، وتلك صفات لا نراها بوضوح فى أية علاقات اجتماعية أخرى •

ان أهم المؤثرات التى يقابلها الفرد فى طفــولته هى تلك التى تأتيه من الأسرة ، تلك الخلية الأساسية للمجتمع ، فهى التى تحيطه برعايتها فى سنى حياته الأولى • فالأسرة ، كمجتمع صغير ، عبارة عن وحدة حية ديناميكية ، تستهدف تنمية الطفل اجتماعيا • ويتحقق هذا الهدف بصفة مبدئية عن طريق التفاعل العائلى الذى يحدث داخــل الأسرة ، والذى يلعب دورا هاما فى تكوين شخصية الطفل وتوجيه سلوكه وقدرته على التوافق مع البيئة الخارجية • ان الطفل فى هذا الجو العائلى يتعلم كيف يمشى ويتكلم وينمو وتتكون شخصيته ، أى أن الطفل يكتسب داخل الأسرة أسلوب تكيفه مع الاطار الاجتماعى المحيط به وتتكون عاداته واتجاهاته وميوله وأسلوب سلوكه •

ولكى ينمو الطفل نموا اجتماعيا صحيحا يجب أن تتوفر فى هذا الجو الأمور الآتية :

(أ) أن يشعر الطفل بأنه مرغوب فيه ومحبوب ، دون الاسراف فى التدليل ، وتحقيق حاجاته النفسية عن طريق الأسرة •

(ب) تعتبر الأسرة المسرح الأول الذى ينمى فيه الطفل قدراته ، ويكــون ذلك عن طريق اللعب ومشــاركة اخوانه ورفاقه فى لهوهم ومسراتهم وخبراتهم ، ولا شك فى أن للتشجيع والمنافسة المشروعة البناءة أثر هام فى نمو هذه القدرات وتطورها •

(جـ) يستطيع الطفل فى محيط الأسرة أن يتعلم كيف يتخلى عن الأنانية ، بمعنى أنه يتعلم كيف يحترم حقوق الغير وكيف يتلاءم مع غيره من أفراد الأسرة ، وأن يجد فى الأبوين القدوة الحسنة •

(د) يتعلم الطفل فى الأسرة مبادىء السلوك والتعامل مــع

الآخرين ، ويكــون ذلك عن طريق ملاحظته لســلوك أفراد الأسرة واستجاباتهم للمواقف المختلفة •

(هـ) يكتسب الطفل — نتيجة تفاعله وخبراته فى الأسرة — مجموعة من العادات الخاصة بتناول الطعام وارتداء ملابسه والعناية بهندامه والنظافة والمحافظة على النظام والعنــاية بشئونه وعادات المشى والكلام والحركة والتخاطب مع الآخرين وكيفية معاملتهم •

(و) من خلال الأسرة يتعلم الطفل الكثير ويكتسب العقــائد الدينية والأفكار التى تدل على التسامح أو التعصب والمخاوف واحترام النظام والقانون وما أشبه •

وهكذا ، فبقدر ما تكون ظروف التنشئة الاجتماعيــة فى الأسرة سليمة وتتم فى جو نفسى اجتماعى يتسم بالأمان والتضامن والمحبة ، بقدر ما يكون ذلك عاملا محددا لتكيف الفرد وتوافقه فى مراحــل عمره المختلفة •

٤ — التفاعل الاجتماعى والجو المدرسى :

لا تقتصر رسالة المدرسة اليوم على حشد المعلومات فى رؤوس التلاميذ ، بل أصبحت المهمة تربوية أساسا • وكذلك المعلم لم تعد رسالته تلقين للمعلومات وانما أصبح مسئولا عن تربية التلاميذ ورعايتهم نفسيا واجتماعيا • ان التربية الحديثة تطالب المدرس أو المربى أن يلاحظ تطــور التلميذ ويرعاه • وتنحصر عملية التربية — وفقا لهذا المفهوم — فى تحقيق التوافق بين التلميذ والقيم التى تفرضها البيئة ، ويعتمد نجاح العملية التربوية على الطريقة التى يستخدمها المربى لتحقيق هذا التوافق •

ان التعليم — بفضل المناهج الحديثة — يعتبر فرصة طيبة للتلميذ للممارسة والتجريب واكتساب الخبرة ، وفرصة انطلاق الى الخبرة الحية الواقعية لتحقيق تكامل قدراته وشخصيته • والتعليم الذى يحقق

للتلاميذ فرصا فعالة للنمو والتعبير عن أنفسهم ، ينبغى أن تتوافر فيه المقومات الآتية :

(أ) يجب ألا تكون قاعات الدراسة مكتظة بالتلاميذ ، بل ينبغى أن يكون العدد محدودا بحيث يسمح للتلاميذ بحرية الحركة والعمل والانطلاق .. ان العمل المدرسى فى الجو المزدحم بالأعداد الكبيرة من التلاميذ يحمل آثار الروح الدكتاتورية ، حيث يسيطر على قاعة الدراسة النظام التسلطى الذى يلزم المعلم أن يفرض احترام التعليمات والأوامر ، وأن يقيم طاعة التلاميذ له على أساس من الارغام . ومن هنا يشيع جو من البغض والكراهية للمعلم الذى يعمل على أن يحيط نفسه بجو من الرهبة حتى ينال طاعة التلاميذ .

(ب) ان التربية الحديثة يجب أن تستهدف منذ البداية تطبيع التلاميذ اجتماعيا ، وبقدر ما تسعى المدرسة الى هذا التطبيع الاجتماعى بقدر ما تزداد قدرة التلميذ على التوافق مع البيئة . ان قدرة الفرد على أن يصل الى درجة من التوافق مع نفسه تعنى فى مضمونها قدرته على التكيف مع القيم والأهداف التى ارتضاها لنفسه ، وهذه القدرة — بالتالى — تساعده على أن يحقق درجة معقولة من التوافق مع الجماعة التى ينتمى اليها . ويترتب على هذا شعور الفرد بتقبله لذاته وبتقبل الآخرين له ، مما يؤدى الى شعوره بالراحة النفسية والرضا عما يقوم به من تصرفات وسلوك .

(ج) يجب أن تسعى المدرسة الى استخدام عنصر « التشويق » فى الدراسة حتى يجتذب اهتمام التلاميذ للمواد الدراسية . وبقدر نجاح المدرسة فى هذه العملية بقدر ما تستطيع أن تحقق عملية التطبيع الاجتماعى للتلاميذ . ويحتاج عنصر التشويق الى عدم التمسك بقيم بالية لا تصلح للعصر الحديث .. فتصبح المدرسة كخلية النحل تسودها الحركة والفاعلية من خلال ورش الهوايات والفصول البهيجة المليئة بالوسائل التعليمية ، واشتراك التلاميذ فى عمليات النظافة وحفظ النظام والشئون الادارية بالمدرسة ، والاشتراك فى الألعاب وممارسة الهوايات واقامة الحفلات المدرسية وما أشبه .

(د) ان التوجيه التعليمى يمثل جانبا هاما من العملية التربوية ، وهو يستهدف تكييف التعليم وفقا لامكانيات كل فرد حسب قدراته واستعداداته وخواص شخصيته واهتماماته • هذا بالاضافة الى عملية الارشاد النفسى التى تساعد من يعانى مشكلات سوء التوافق من التلاميذ كى يتغلب على مشكلاته ويحقق التوافق فى مختلف شئون حياته • ويقوم بهذه العملية « مرشد نفسى » متخصص سواء بالمدرسة أو بالمنطقة التعليمية •

مما تقدم نستطيع القول ان المدرسة وما تقدمه من أساليب تربوية حديثة تلعب دورا هاما فى عملية التوافق الاجتماعى • وبقدر ما تقدمه المدرسة من أساليب تربوية سليمة ، بقدر ما تغرس من بذور يظهر آثارها بوضوح فى حياة الفرد •• طفلا أم مراهقا ، شابا أم كهلا ، رجلا أم امرأة •

* * *

ثالثا — التوافق المهنى :

ننتقل الآن الى مناقشة « التوافق المهنى » باعتباره أحد الفروع المتخصصة للتوافق والتى تتعلق بمجال العمل • ولاشك أن مجال العمل يعتبر من أهم المجالات التى ينبغى أن يحقق فيها الفرد أكبر قدر من التوافق • وترجع هذه الأهمية الى عاملين أساسيين : أحدهما أن الفرد يقضى نسبة كبيرة من وقته فى مجال العمل ، والثانى هو الدور الهام للعمل وتأثيره على حياة الفرد ومكانته [٣] •

ويعرف التوافق المهنى بأنه « توافق الفراد لدنيا عمله • • فهو يشمل توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية التى تحيط به فى العمل ، وتوافقه للتغيرات التى تطرأ على هذه العوامل على مر الزمن ، وتوافقه لخصائصه الذاتية • وهكذا فان توافق الفرد مع المشرف عليه ، وصاحب

---

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : **الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى** القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ١٠ •

العمل أو المسئول عنه ، ومع زملائه ، وكذلك توافقه مع مطالب العمل ، وتوافقه مع ظروف العمل المتغيرة ، وتوافقه مع قدراته الخاصة ، ومع ميوله ، ومع شخصيته ، يعتبر هذا جميعه متضمنا فى مفهوم التوافق المهنى » (٤) •

ويمكن أيضا أن نعرف التوافق المهنى بالنسبة لنتائجه ، واحدى هذه النتائج هى « الاشباع المهنى » •• فهناك الرضا الاجمالى عن العمل ، كما أن هناك الرضا عن جوانب معينة من بيئة العمل • ومقياس الرضا الاجمالى عن العمل يسمح للفرد بأن يقيم كل جانب للعمل فيما يتعلق بالأهمية النسبية له • ومقاييس الاشباع المهنى لها جوانب كثيرة مترابطة تشير الى التوافق المهنى ، من بينها زيادة الأجر ، والتقدم فى العمل ، والثبات والاستقرار فى العمل ، ومكانة العامل ، ومدى الاستفادة من قدرات العامل •

هذا ونستنتج التوافق المهنى للفرد من علامتين أساسيتين هما : الرضا/الاشباع (Satisfaction) والارضاء/ الكفاية (Satisfactoriness) « فالاشباع » يشمل الرضا الاجمالى عن العمل والرضا عن مختلف جوانب بيئة العمل (المشرف ، الزملاء ، المؤسسة التى يعمل بها ، ظروف العمل ، ساعات العمل ، الأجر ، نوع العمل) ، كما يشمل اشباع حاجاته وتحقيق طموحه • أما « الكفاية » فتتضح من انتاجية الفرد وكفايته •• من الطريقة التى ينظر بها اليه مشرفه وزملاؤه والمؤسسة التى يعمل بها • كما تتضح سلبيا من غيابه وتأخره ، ومن اصاباته واستهدافه للحوادث ، ومن عدم استقراره فى العمل (٥) •

وللتوافق المهنى شروط تتلخص فى الآتى :

١ — شعور الفرد بالرضا عن مستواه الاقتصادى •

---

(٤) Scott, T., et. al.; **A Difiniton of work Adjustment.** Minnesota : Industrial Relations center, Univ. of Minnesota, 1958, p. 4 .

(٥) Ibid., p. 58 .

٢ ـ شعور الفرد باهتمام صاحب العمل به كانسان له مكانته الذاتية •

٣ ـ تأكده من أن رؤساءه ليسوا رقباء عليه بقدر ما هم موجهون له •

٤ ـ حب الفرد للعمل الذى يؤديه ، وشعوره بالأمن والاستقرار فى العمل •

٥ ـ توافر فرص الترقى فى العمل •

٦ ـ توافر فرص الاستزادة من المعرفة والتقدم فى العمل •

٧ ـ توافر الفرص للفرد للاستفادة من آرائه وأفكاره فى الانتاج •

* * *

● **تحقيق التوافق المهنى فى الصناعة (٦) :**

ولكى نعمل على تحقيق التوافق المهنى ورفع مستواه فى الصناعة ينبغى العمل على تحسين توافق الفرد وعلاقاته مع مكونات بيئته المهنية ، وهى تشمل ما يأتى : علاقة العامل بحرفته ، علاقته بنظام المؤسسة ، علاقته بالرؤساء ، علاقته بزملائه ، علاقته بظروف العمل ، علاقته بآلات وأدوات العمل ، علاقته ببيئته خارج المؤسسة • وفيما يلى مناقشة لهذه العلاقات :

١ ـ فبالنسبة « لعلاقة العامل بحرفته » •• نجد ضرورة لوضع الفرد فى العمل الملائم له والذى يتناسب مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته • وتساعدنا بالدرجة الأولى على تحقيق ذلك عمليتان هما : عملية « الانتقاء المهنى » وعملية « التوجيه المهنى » ، وان فشلنا فى تحقيق ذلك يتسبب عنه ترك الكثيرين لأعمالهم وانتقالهم الى غيرها لفشلهم فيها • فالعامل الذى يعجز عن الاستقرار فى حرفة معينة هو ذلك الذى لم يصادف العمل الذى يناسبه منذ البداية • ولعلنا ندرك

---

(٦) فرج عبد القادر طه : **علم النفس الصناعى والتنظيمى** ، دار المعارف ١٩٨٣ • ص ٥٧ ـ ٦٣ •

مقدار ما يعانيه العامل من كثرة التنقل بين الأعمال من شعور بالمرارة والاحباط واليأس وفقد الثقة بالنفس والقلق ، وما ينتج عن ذلك من انعكاس هذا الشعور فى علاقاته مع رؤسائه وزملائه ومع نفسه • كما أنه بحاجة دائمة الى اعادة التوافق مع البيئات الجديدة والأعمال الجديدة ، علاوة على فترات التعطل التى تواجهه فيما بين ترك عمل والالتحاق بعمل آخر • هذا بالاضافة الى ما يعود على المؤسسة من نفع كبير ان هى أحسنت وضع العامل فى المكان الذى يناسبه حيث تزيد انتاجيته ويحسن توافقه مع العمل •

٢ — وبالنسبة لعلاقة العامل بنظام المؤسسة ، فان العامل المتوافق مع عمله يكون عادة على علاقة طيبة مع النظام والجهات الادارية بالمؤسسة • ولعل المسئولين عن دراسة شكاوى العاملين وما يقومون به من مشاغبات يدرك أن أغلبها يصدر عن الفاشلين فى أعمالهم •• فالشخص الذى لا يحقق الرضا النفسى عن طريق العمل يحاول تحقيق ذلك من خلال القيام بأعمال الاضطراب والشغب بالمؤسسة ، وبذلك ينجح فى أن يصرف غيره عما فشل فى تحقيقه ، ويرضى اعتباره لذاته عن طريق تزعمه لهذه الحركات • لهذا ينبغى أن تقوم المؤسسة بدراسة الأسباب الحقيقية التى تؤدى بالعامل لأن تسوء علاقته بنظام المؤسسة وهيئاتها الادارية ، وتعمل جادة على ازالتها •

٣ — وبالنسبة لعلاقات العامل مع الرؤساء ، فينبغى على المؤسسة الانتاجية أن تعمل على أن تسود العلاقات الاجتماعية والنفسية الصحيحة بين الرئيس والمرؤوس • وتشير البحوث والدراسات في هذا المجال الى أهمية القيام بالأشياء التى تؤدى الى تنمية علاقات نفسية صحية بين المشرف والعاملين والتى تتلخص فى الآتى :

- معاملة المرؤوسين معاملة انسانية كريمة •
- تمثيلهم تمثيلا أمينا لدى الادارة العليا للمؤسسة •
- تطبيق قوانين ونظم الشركة عليهم تطبيقا مرنا •
- اخلاصه فى ارشادهم وتوجيههم •

- أن يكون قدوة حسنة أمام مرؤوسيه •
- اتاحة الفرصة لهم للتقدم المهنى والنمو •
- التعامل مع كل منهم وفقا لطاقاته وامكاناته •
- وضع كل فرد فى العمل الذى يلائمه •
- حماية مرؤوسيه والدفاع عنهم وقت اللزوم •
- تنمية ولائهم للمؤسسة عن طريق معاملتهم معاملة انسانية واشباع حاجاتهم ورغباتهم •

٤ — وبالنسبة لعلاقة العامل بزملائه ، نجد أن الظاهرتين الأساسيتين اللتين تحددان العلاقة بين العامل وزميله داخل المؤسسة هما « التعاون والمنافسة » • وتلجأ أغلب المؤسسات الانتاجية الى استخدام عنصر « المنافسة » اما استخداما صريحا أو ضمنيا • ولسنا ننكر ما يعود على المؤسسة من فوائد مباشرة من وراء هذا التنافس ، ولكن علينا أن نضع فى اعتبارنا ما قد يجره هذا التنافس الفردى من افساد للعلاقات الداخلية فيما بين العاملين ، وتبادل مظاهر العدوان الناشىء عن الاحباط الذى تحدثه هذه المنافسة الفردية بين الزملاء • لهذا ينبغى ألا نعتبر التعاون والمنافسة متعارضين تعارضا تاما ، بل كلما أمكن الجمع بينهما استطعنا أن نستخدمهما بالطريقة التى تضمن سلامة العلاقات المتبادلة فيما بين العاملين •

وبالاضافة الى ذلك ، فان اهتمام المؤسسة بانشاء النوادى وتشجيع النشاط الرياضى واقامة الحفلات الترفيهية والرحلات وغيرها من أوجه النشاط الاجتماعى والثقافى ، يساعد على تحسين مستوى علاقات العامل بزملائه وتوافقه معهم •

٥ — وبالنسبة لعلاقة العامل بظروف العمل ، فان معظم هذه الظروف بيئية كالاضاءة والتهوية والضوضاء ونظام فترات الراحة والعمل وعوامل التعب الضجر / الملل ما أشبه • فعلى المؤسسة — اضافة الى وضع كل فرد فى العمل الذى يلائم امكاناته واهتماماته وميزات شخصيته — أن تهيىء له الظروف البيئية المناسبة لاستمرار توافقه •

ومن شأن تهيئة هذه الظروف أن ترفع مستوى الكفاية الانتاجية وتزيد من رضا العامل عن عمله وتوافقه •

٦ — وبالنسبة لعلاقة العامل بآلات العمل وأدواته ، نجد أنه ، بالاضافة الى النظم واللوائح والأشخاص الذين يتعامل معهم ، فانه يحتك بالآلات والأدوات التى يستخدمها فى الانتاج • كما أن سلامته وأمنه يتوقفان على حسن استعمالها بما يضمن عدم تعرضه للحوادث•

وقد أوضحت الدراسات التى تناولت موضوع الحوادث أن هناك عوامل نفسية تكمن وراء هذه الحوادث ، سواء أكانت اضطرابات انفعالية أو قصور فى القدرات العقلية والامكانات الشخصية المتطلبة للعمل • ولذلك فان برامج الانتقاء والتوجيه المهنى الصحيحة ، بالاضافة الى الارشاد والعلاج النفسى ، كفيلة بأن تقلل من قابلية الفرد للحوادث واستهدافه لها الى أقل درجة ممكنة • كما أوضحت البحوث أيضا أن هناك علاقة بين استهداف العاملين للحوادث وانخفاض روحهم المعنويه• وفى هذه الحالات يكون العلاج برفع الروح المعنوية للعاملين مفيدا فى تقليل نسبة الحوادث والاستهداف لها •

٧ — أما بالنسبة لعلاقة العامل ببيئته خارج المؤسسة ، فنلاحظ أن العامل ليس عضوا فى مؤسسة العمل فحسب ، بل هو عضو فى جماعات عديدة مترامية الأهداف ووجهات النظر والمبادىء والقيم • ويختلف مركزه فى كل منها ، ويتحرك ما بين القيادة والتبعية عـدة مرات فى اليوم الواحد •• فهو عضو فى أسرته التى نشأ بها ، وقائد لأسرته التى يعولها ، وهو عضو أو موظف ثم مشرف أو قائد لمجموعة عمل ، وهو عضو بالناس وفى ذات الوقت يرأس جماعـة ثقافية أو ترفيهية ، وهكذا • وهو محتاج فى كل هذه الجماعات الى درجة كافية من التوافق النفسى ، حتى تكون علاقته مع الأفراد المتضمنين فى هـذه الجماعات علاقات صحية خالية من الاضطراب •

وتصادف الفرد فى سبيل الحصول على هذا التوافق صعوبات شخصية متنوعة ، وبقدر نجاحه فى التغلب عليها يشعر براحة نفسية تنعكس على مظاهر حياته المختلفة وأهمها « العمل » • ونخلص من

هذا بأن الكثير من المشكلات التى تواجه الفرد فى العمل قد تكـــون ناشئة عن مشاكل خاصة خارج نطاق العمل • وهى تحتاج فى ســـبيل التغلب عليها وحلها الى وضع برنامج منظم للتوجيه والارشاد النفسى ، يقوم على تنفيذه أخصائيون نفسيون مؤهلون لعلاج الحالة أو تحويلها الى جهات الاختصاص •

وهكذا اذا ما نجحنا فى تحسين علاقات العامل بكل من مكونات بيئته ، فاننا نرفع من مستوى توافقه المهنى الى أقصى حـــد ممكن ، بما يؤدى الى توافقه العام فى شتى جوانب حياته •

ويرى « شافر وشوبين » [٧] أن سوء التوفق المهنى ينبع من مصادر متعددة •• فكثير من السخط على العمل ينتج عن أجور منخفضة ومن ظروف عمل قاسية ، ومن التعب والرتابة والملل ، كما أن قصور قدرات العامل وعدم الوفاء بمتطلبات العمل تعتبر مسئولة عن عـــدم رضا العامل عن عمله وتركه الى غيره • وبالاضافة الى ذلك ، فهناك أوجه الضعف فى التنظيم الاجتماعى والعلاقات الشخصية الداخلية بين العاملين فى المؤسسة الانتاجية الحديثة ، حيث يضعف الاتصـــال وينقص التعاون فيما بين العاملين ، مما يؤدى الى شعور العاملين بعدم الرضا • وقد يكون سبب عدم الرضا لا يرجع أساسا الى العمل وظروفه •• بل قد يكون مرجعه ســـوء توافق شخصى ، كالصراعات فى محيط الأسرة فيأتى بها العامل الى موقف العمل ، فلا يستطيع الفرد حينئذ أن يثق فى رئيسه أو زملائه • كما أن هناك سببا عاما لمشاكل التوافق المهنى ، هو توافر ردود أفعال نفسية تجاه السلطة •• فاذا لم يستطع الفرد أن يحقق توافقا ناضجا مع والده ، فانه عن طريق التعميم ، سوف يستجيب لممثلى السلطة كالرؤساء والمشرفين باستجابات غـــير متوافقة تتسلسل من الخوف الى التمرد •

---

(٧) Shaffer, L., and Shoben, E. Jr.; **The Psychology of Adjustment** (2 nd ed.) . Boston : Houghton - Mifflin, 1956, p.p. 569 - 570 .

ويعرض المؤلفان ثلاث وسائل أساسية يمكن أن تؤدى الى تحسين مستوى التوافق النفسى والمهنى فى مجال العمل وهى :

— تدبير خدمات الارشاد النفسى للعاملين •

— تدبير اجراءات مناسبة لانتقاء الأفراد وتوجيههم وتدريبهم •

— تنظيم الصناعة على النحو الذى يرتقى بالقيم الانسانية ، ويعترف بالقيمة الانسانية للعامل •

وهناك نوعان من الأجواء النفسية يؤديان الى بعث التوترات فى موقف العمل ، هما جو التسلط وجو المنافسة •• ففى ظروف « التسلط » ، يكون الاتصال بين الادارة والعامل فى أضيق نطاق ، حيث على العامل اطاعة أوامر الادارة دون مناقشة • وهذا يؤدى الى شعور العامل بالاستياء لعدم قدرته على ابداء رأيه أو مناقشة رؤسائه فى شئون العمل ، وقد ينفس عن بعض هذا الاستياء فى محيط أسرته بأن يلعب دور التسلط على أفراد أسرته • أما فى ظروف « المنافسة » فان الاهتمام ينصب على قدرة الفرد على التفوق على زملائه ، بما يؤدى الى الشعور بعدم الأمن مقارنة بالموقف فى ظروف التسلط • ففى ظروف التسلط تتولد لدى الفرد اتجاهات عدوانية لا يستطيع التعبير عنها فى موقف العمل ، وفى موقف المنافسة يشعر بأنه يستغل لمصلحة آخر ، وقد يحاول التعويض بأن يحث أولاده على التفوق فى الدراسة أو يتجه للتعويض بوسائل غير سوية [٨] •

***

أساليب التوافق غير السوى

سبق أن ذكرنا — فى مستهل هذا الفصل — أن ما يقوم به الشخص من كبت لمواجهة الدوافع المحرمة انما هو حل ناقص ، لا يؤدى الى ازالة القلق الناتج عن استثارة هذه الدوافع • واذا كان الكبت حلا ناقصا على هذا النحو ، لذلك فان قصة الشخصية المنحرفة — غير

---

(٨) فرج عبد القادر طه : **علم النفس الصناعى والتنظيمى** .. القاهرة دار المعارف ، ١٩٨٣ ، ص ٦٤ — ٦٥ .

السوية لا تقف عند هذا الحد .. فالقلق لايفتأ يدفع الفرد — لا شعوريا — الى القيام بأى سلوك حتى يخفف من حدة القلق . فالفرد ، لكى يحمى نفسه من هجمات القلق ويدافع عن نفسه ضدها ، فانه قد يلجأ الى أساليب لاتوافقية للسلوك بما يسمى بالأعراض أو بالسلوك المرضى ، الذى يخفف مؤقتا من حدة القلق ، ويشبع فى ذات الوقت الدوافع المكبوتة الى حد ما (٩) .

ويمكن أن نصنف الأساليب المرضية غير السوية تبعا لشكل السلوك الظاهرى الى أربعة أنواع :

أولا : « أساليب هجومية » ، وهى الأساليب التى تتخذ شكلا مضادا للمجتمع ، أو التى يكون اتجاهها الى الخارج وليس نحو الذات . وهذه الأساليب ، وان كانت تتضمن الدخول فى التفاعل مع الجماعة ، الا أن هذا التفاعل يتم بشكل لا تكاملى أى فى غير مصلحة الجماعة . ويسمى هذا النوع من الدفاع بالدفاع عن طريق « الهجوم على الآخرين » .

ثانيا : « أساليب انسحابية » ، وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب من المواقف التى تثير الصراع . والصفة المميزة لهذه الأساليب أنها تنطوى على قصور واضح فى التفاعل أو النشاط الاجتماعى ، سواء عن طريق الانزواء السلبى أو الرفض الايجابى للتعاون ، كما أنها تكون مصحوبة فى الغالب بالتعويض عن طريق « الانسحاب بعيدا عن الآخرين » .

ثالثا : « أساليب استعطافية » ، تتضمن جميع الوسائل التى يظهر فيها الخوف أو المرض والأوجاع الجسمية بشكل واضح . ويسمى هذا النوع بالدفاع عن طريق « الالتجاء الى الناس » .

رابعا : « القلق المرضى » ، فاذا لم يجد الفرد أى مخرج له من مشكلاته أو التخلص من قلقه بالطرق سابقة الذكر ، فانه يظل يعانى القلق والاضطراب والانهاك والعصبية .

---

(٩) محمد عماد الدين اسماعيل : **الشخصية والعلاج النفسى** . القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٢٠٨ .

وهذه الأساليب الدفاعية ليست مستقلة بعضها عن البعض الآخر بشكل واضح محدد ، بل انها قد تصبح أحيانا متداخلة أشد التداخل[١٠] وفيما يلى مناقشة مختصرة لهذه الأساليب الدفاعية [١١] •

أولا — الأساليب الهجومية :

١ — التعويض الزائد (Excessive Compensation) :

ينتج عن محاولة التغلب على الفشل أحيانا نتائج ضارة أو غير مرغوب فيها اجتماعيا • فمثلا قد لا يتجه الطالب الفاشل فى دراسته الوجهة السوية ، فهو يقوم بمحاولات يائسة لتأكيد ذاته تعويضا لما يشعر به من نقص • وقد تتضمن هذه المحاولات نشاطا غير مرغوب اجتماعيا دون أن يحقق ما يريده الفرد من اشباع ودون أن يتغلب على ما يعانيه من احباط •• فهو قد يتعالى على اخوانه فى المدرسة ، وقد يحاول أن يلفت اليه الأنظار فى المجالس بكثرة الكلام أو الحديث بصوت عال أو المعارضة لمجرد لفت الأنظار ، أو يزهو ويتباهى بأعمال قام بها وقد تكون غير حقيقية •

ويمكن أن نلاحظ التعويض فى سلوك الأطفال بشكل أكثر وضوحا •• فالطفل الذى يثير الشغب أو يكثر من العدوان على أقرانه أو اخوته الأصغر سنا ، قد يخفى بسلوكه هذا شعورا قويا بالقصور فى قدرته البدنية أو بالخوف من الدخول فى مواقف التنافس مع زملائه • ويلاحظ التعويض عند الكبار فى حالة القصور البدنى بشكل واضح أحيانا •• فقد يلاحظ فى سلوك قصير القامة أنه يميل الى اثبات ذاته دائما ، فيلجأ الى اتخاذ مواقف جدية فى حياته بشكل عام ، أو قد يتحدث بصوت مرتفع ، أو قد يكتسب القدرة على الهجوم عن طريق اللغة ، فنراه حاضر البديهة له تهكمات وتعليقات لاذعة •

---

(١٠) المرجع السابق ، ص ٢١٦ — ٢١٧ •

(١١) سيد عبد الحميد مرسى : **سيكلوجية المهن** (ط ٤) • القاهرة العالمية للنشر ، ١٩٧٧ ، ص ٣٣ — ٣٨ •

٢ — التبرير (Rationalization) :

التبرير بالنسبة للتفكير كالتعويض بالنسبة للسلوك ، ويتمثل كثيرا فى الأسباب التى يغطى بها الفرد فشله فى أغلب الأحيان •• مثال ذلك الطالب الذى يرسب ويبرر ذلك بأنه لصعوبة الامتحان أو لسوء حظه• وقد يبرر البعض عدم القدرة على تحقيق هدف معين بأن ذلك الهدف لم يكن فى الواقع خيرا بالنسبة لهم • وقد يبرر الرئيس معاملته لمرؤوسيه بقسوة بأنه انما يفعل ذلك لكى يكونوا عبرة لزملائهم • وقد يبرر الأب سيطرته على أبنائه بأنهم لا يعرفون مصلحتهم مهما بلغوا من السن أو التعليم أو الخبرة • وقد يظهر التبرير فى صورة أخرى ، وهى صورة الشخص الذى يتطوع باسداء النصح للآخرين ، الذين يريد هو فى الواقع أن ينتقدهم ويحقر من شـانهم ويظهر سيطرته عليهم ، حتى يرضى ذاته ويشعر أنه أعلا منهم مركزا •

هذه كلها أمثلة للتبرير ، وهى تتضمن فى مجموعها تسويغ الأفعال بأسباب معقولة اجتماعيا ، فى حين أن الدافع الحقيقى هو فى الواقع دافع مكبوت غير مقبول سبق أن واجه الفرد مواقف مؤلمة بسببه •

٣ — الاسقاط (Projection) :

ان الشخص الذى اعتاد أن يعاقب على العدوان قد يكون عن نفسه فكرة عامة بأنه مكروه أو منبوذ مما يثير قلقه ، كما أن استثارة أى رغبة له فى العدوان تثير قلقه كذلك • ولكن الحياة مليئة بالمواقف التى تدعو الى المبادأة وتحمل المسئولية واتخاذ خطوات تنفيذية قد يكون فيها مخالفة لآراء الآخرين ، وهذه كلها تحمل معنى العدوان • لذلك فقد يجد مثل هذا الشخص نفسه محبطا فى كثير من هذه المواقف لأنه لا يسـتطيع أن يجد مخرجا لرغباته المكبوتة • لذلك فانه يتبع وسيلة « الاسقاط » لكى يخفف من حدة هذا القلق وهذا الاحباط ، ولكى يشبع دوافعه المكبوتة من ناحية أخرى •• فهـو يسقط رغباته العدوانية مثلا على الآخرين ، وذلك بأن يتصور أن البعض يدبر له

مكائد أو يتصور أن الناس أعداء له وأنه لا يوجد فى العالم من يريد الخير لأحد .

٤ — التقمص (Identification) :

« التقمص » أسلوب سلوكى يحاول به الفرد الوصول الى اشباع لدوافعه عن طريق تصور نفسه فى مكان أفراد آخرين ، وهو بذلك يشاركهم (فى مستوى التصور) تحصيلهم الذى حرم منه .. فيتصور نفسه فى موقف المحارب الشجاع أو فى مكان أبطال القصص التاريخية والمسرحيات والأفلام السينمائية ، التى تدور معظم أحداثها حول انتصارات هؤلاء الأبطال فى معارك يتغلبون فيها على أعدائهم . وقد يدمن الشخص على قراءة مثل هذه القصص أو مشاهدتها أو الحديث عنها .. وعن طريق هذه العملية يستطيع أن يشبع دوافعه من ناحية ، ومن ناحية أخرى فان مثل هذه المواقف لا تثير عنده القلق بمثل ما تثيره مواقف العدوان المباشر .

وقد يتقمص الشخص فردا أو جماعة ، كما أن عملية التقمص قد تحدث فى جميع مراحل العمر . فالطفل قد يتقمص شخصية والده أو مدرسه لكى يشعر بالزهو والكبرياء والسيطرة التى حرم منها ، والشاب قد يتقمص فريقا بأكمله أو جمعية من الجمعيات أو بطلا أو سياسيا أو عظيما من العظماء .

٥ — النقل (Replacement) :

قد يحل الصراع أيضا عن طريق اتخاذ كبش للفداء ، أو عن طريق اتخاذ مواقف أو أشخاص أو أشياء يمكن أن تجد فيها الدوافع المكبوتة اشباعا مع تلافى القلق المتعلق بهذه الدوافع . ويلاحظ هذا الأسلوب كثيرا فى حياتنا اليومية .. فالرئيس الذى يغضبه أحد مرؤوسيه قد ينقل عدوانه على مرؤوس آخر ، والموظف الذى يغضبه رئيسه قد ينقل عدوانه على أحد السعاة أو على أهل منزله كزوجته وأولاده . وكثيرا ما نلاحظ أن الشخص فى حالة غضبه قد يركل

الكرسى بقدمه أو يضرب الحائط بيده ، وذلك اذا كان المثير الأصلى للغضب شخصا لا يمكن رد العدوان عليه •

* * *

ثانيا ـ الأساليب الانسحابية :

يلاحظ فى المواقف السابقة أن الفرد يواجه المواقف مواجهة عدوانية الى حد ، كما كان سلوكه يتضمن المشاركة الاجتماعية • ولكن هناك نوعا آخر من السلوك الدفاعى لا يدخل فيه الفرد فى علاقة ايجابية مع المجتمع على هذا النحو ، بل يتميز بالتقهقر والسلبية والانسحاب ، ولذا يسمى « بالأسلوب الانسحابى » • وفيما يلى نتعرض للأشكال المختلفة من هذا الأسلوب ••

١ ـ الانعزال والانزواء/الانطواء (Introversion) :

قد تصبح المواقف الاجتماعية مثيرة للقلق عند الفرد ، ولذا نراه يلجأ الى الابتعاد عن المجتمع بقدر الامكان لكى يخفف من حدة القلق• فالمجتمع بالنسبة للشخص المنزوى/المنطوى ملىء بالعوامل المثيرة للاضطراب والتعاسة ، ولذا فانه يتجنب مصاحبة الناس ويؤثر الوحدة والانفراد فى أنشطته المختلفة •• فنراه يميل الى ممارسة الألعاب الفردية ووسائل التسلية والترويح الفردية ويتجنب المواقف الاجتماعية ، حتى يتفادى أى احتكاك بالآخرين •

والشخص الذى يتخذ هذا الأسلوب هو عادة ذلك الفرد الذى تكرر فشله فى المواقف الاجتماعية ، كما أنه لم ينجح فى الأساليب الايجابية التى حاول أن يستخدمها ليعيد التوافق بينه وبين المجتمع • ويرجع ذلك فى كثير من الحالات الى القسوة والتعسف من جانب الوالدين ، وفرض التزامات على الأبناء تفوق طاقاتهم ، وكذا تدعيم الآباء للسلوك الانعزالى لأبنائهم حيث ينظر اليه الآباء كسلوك هادىء يدل على التهذيب والأدب • وان مثل هذا السلوك الانسحابى أشد خطرا فى الواقع من الأساليب الهجومية ، لأنه قلما يثير الانتباه •

٢ ــ التخيل وأحلام اليقظة (Fantasy) :

عبارة عن استجابات بديلة للاستجابات الواقعية ، فاذا لم يجد الشخص وسيلة لاشباع دوافعه فى الواقع فانه يستطيع أن يشتق اشباعا جزئيا عن طريق التخيل وأحلام اليقظة • والشخص المنزوى/ الانطوائى يغرق نفسه عادة فى التخيل وأحلام اليقظة ، حيث انه يجد فى ذلك وسيلة للاشباع لا تحتاج الى المشاركة الفعلية فى أى نشاط اجتماعى قد يجد فيه مثيرا المقلق •

ومعنى ذلك أن التخيل يعتبر بالنسبة للشخص المنزوى وسيلة يستطيع من خلالها أن يحل صراعاته ، فيحصل على اشباع لدوافعه المكبوتة مع تفادى القلق المرتبط بهذه الدوافع • وليس من الضرورى أن يكون التخيل مرضيا فى كل الحالات ، فان معظم الناس يلجأ الى أحلام اليقظة من آن لآخر ، ولكن الاستغراق فى أحلام اليقظة قد يصل بالشخص أحيانا الى الحد الذى يعوق حسن توافقه بشكل واقعى •

٣ ــ النكوص (Regression) :

هو حل آخر من حلول الصراع ، حيث يلجأ الشخص الى عادة سلوكية قديمة كان يجد اشباعا عن طريقها فى الماضى ، وهذا ما يسمى « بالنكوص » • ويعتبر النكوص أسلوبا انسحابيا لأن الشخص يتقهقر الى مرحلة سابقة من مراحل النمو ليواجه صراعه ، بدلا من أن يواجه ذلك الصراع بطريقة مباشرة •

ويظهر النكوص بشكل واضح عند الأطفال فى مراحل النمو المختلفة المبكرة •• فالأطفال ــ دون استثناء تقريبا ــ قد تعتريهم حالات نكوص فى سن الثانية أو الثالثة اذا ما ولد طفل جديد فى الأسرة يستحوذ على اهتمام الأبوين ، فنرى الطفل قد يحبو أو يمص أصابعه كما كان يفعل من قبل • ومن أمثلة النكوص عند الكبار « الحنين الى الوطن » (Home - Sickness) الذى يشعر به من يغادرون أوطانهم للدراسة بالخارج ويشعرون بانعدام الأمن فى البيئة الجديدة •

***

ثالثا — الأساليب الاستعطافية :

تقع هذه الأساليب ضمن الأساليب السلوكية التى يطلق عليها حاليا اسم « العصاب » (Neurosis) • وأساليب السلوك العصابى ليست متشابهة ، بل تختلف الى حد ما فى أعراضها ، ولذا فقد جرت العادة على أن تحدد هذه الأساليب باعطائها مسميات مختلفة تسهيلا لعملية الوصف • ومن الأساليب الاستعطافية الهستيريا ، والأفكار المتسلطة/الوسواس ، والقهر ، والمخاوف المرضية •

١ — الهستيريا (Hysteria) :

يطلق اسم « الهستيريا » على مجموعة من الأعراض التى توصف بأنها تعطل أو خلل يلحق بأحد الأعضاء الجسمية أو بأحد الوظائف الجسمية أو العقلية مما يترتب عليه تخلى الفرد عن مسئولياته بطريقة مقبولة اجتماعيا •• مثال ذلك القىء أو الغثيان الذى يصيب بعض الأطفال فى الصباح ويمنعهم من الذهاب الى المدرسة ، ثم يستردون عافيتهم بمجرد أن يفوت موعد ذهابهم الى المدرسة •

وغالبا ما يقع الراشدون أيضا فريسة أمراض تخلصهم من مواجهة مواقف لا يرغبون فيها •• فالصداع والاضطرابات المعدية والحشوية قد تظهر فى بادىء الأمر كنتيجة للانفعالات المؤلمة ، ثم تشتد وتصبح ذات وظيفة تكيفية هامة هى تحقيقها الابتعاد عن الأماكن المثيرة للقلق أو التخلى عن المسئوليات الاجتماعية دون أن يكون على الفرد أية مسئولية فى هذا التخلى • ومن أعراض الهستيريا أيضا فقدان بعض الحواس أو تعطلها عن أداء وظيفتها بصفة مؤقتة •• فهناك مثلا العمى الهستيرى أو الصمم الهستيرى أو انعدام الاحساس باللمس فى بعض المناطق الجلدية • وتنشأ الهستيريا بوجه عام كوسيلة تحقق حلا مؤقتا للصراع ، فهى أسلوب للتخلص من القلق عن طريق الهروب من المواقف المثيرة له ، كما أنهـا فى نفس الوقت تؤدى الى اشباع الدوافـع الاجتماعية كالحاجة الى العطف والانتباه •

٢ — الأفكار المتسلطة/الوسواس (Obsession) :

الفكرة المتسلطة/الوسواس هى الفكرة أو الرغبة الملحة التى يعتبرها الشخص خاطئة أو عديمة النفع أو مضايقة له ، ولكنه فى الوقت نفسه لا يستطيع التخلص منها • وليست جميع الوساوس من نوع واحد ، كما أنها لا تحقق جميعها نفس الغرض من حيث التوافق•• فبعض الوساوس ليست سوى مجرد تعبير صريح عن القلق ، فقد يكون عن القلق بالكلمات ما يجعله أخف حدة مما لو ترك على حاله باعتباره خوفا من المجهول • ويمكن اعتبار بعض الوساوس قلقا منقولا الى المصدر المباشر للاحباط ، وفى هذه الحالة يكون للوسواس وظيفة توافقية هامة هى أنه يخفف من حدة القلق الشديد الناتج عن العدوان المكبوت •

٣ — القهر (Compulsion) :

القهر عبارة عن ميل لايمكن مقاومته للقيام بعمل معين ، حتى ولو كان الشخص متأكدا من عدم فائدة هذا العمل أو غرابته • ويشعر الشخص الذى يلازمه القهر عادة بالتوتر والقلق اذا لم يقم بذلك الفعل القهرى ، ويأخذ القلق فى التزايد حتى يتخلص منه الفرد بانجاز ذلك العمل أو الفعل • وترتبط الأفعال القهرية ارتباطا وثيقا بالوساوس ، والفرق بينهما هو أن الوساوس تتعلق بالأفكار فى حين أن الأفعال القهرية تتعلق بالسلوك الحركى •

ومن الأمثلة الشائعة للأفعال القهرية المبالغة فى غسل اليدين ، وهو عرض قهرى شائع • ويرجع ذلك الى أن معظم الأعمال أو الأفعال التى نؤديها تكون عن طريق اليدين ، ولذا كان من السهل انتقال الشعور بالذنب أو الاثم الى اليدين بالذات ، ومن هنا تنشأ المبالغة فى غسل اليدين كاستجابة لدافع معين للقيام بشىء يتعلق بهاتين اليدين المذنبتين •

٤ ـ المخاوف المرضية/الفوبيا (Phobia) :

« الفوبيا » عبارة عن خوف يبدو سخيفا غير معقــول ولا يمكن تعليله فى ذات الوقت • أما المواقف أو الأشياء التى تثير هذا الخوف الشديد فهى غير محدودة •• فبعض الناس يخاف الفئران أو الحشرات غير الضارة أو بعض الحيوانات الأليفة ، والبعض الآخر يخاف الظلام أو الأماكن المرتفعة أو المغلقة أو المزدحمة أو الماء الجارى وما أشبه • وتتراوح درجة الخوف فى حالة الفوبيا من مجرد الشعور بعدم الارتياح أو الذعر الشديد عند التعرض للمثير • وتتدخل هذه المخاوف فى عملية التوافق ، فتعطل التوافق أو تفسده تبعا لدرجة شدتها • والحـــالات البسيطة للفوبيا منتشرة فى معظم الأفراد •

وتنشأ الفوبيا من تعرض الفرد فى طفولته لموقف أثار عنده خوفا شديدا • ولا يستطيع الفرد الذى يعانى الخوف الشديد أن يتذكر الخبرة التى أثارت عنده ذلك الخوف ، أى أن الخبرة قد كبتت • وقد تكون الظروف التى تحيط بالموقف المسبب للخوف أيضا مثيرة للخجل أو الذنب أو القلق عند الطفل الذى تعجز امكاناته عن التغلب على مثل هــذه المشاعر بسهولة • ويؤدى القلق أو الذنب أو الخجل المحيط بالموقف الى أن يمتنع الطفل عن التحدث عن خبرته هذه الى الآخرين ، بل انه يمتنع عن أن يتذكرها أو يفكر فيها ، أى يكبتها فى نفسه • وعندما يتذكر الفرد هذه الخبرة فى مستقبل حياته فان ذلك يؤدى عادة الى ضعف الفوبيا أو زوالها •

والمخاوف المرضية عموما استجابات تساعد الفرد على الابتعاد عن المواقف التى تثير خوفه ، فاذا ما ابتعد عن هذه المواقف انخفض توتره وحقق توافقا مؤقتا ، أما اذا لم يحدث ذلك فان هناك كسبا ثانويا قد يحصل عليه الشخص من المحيطين به •• فالشخص الذى يعانى مخاوف مرضية يستطيع فى أغلب الأحيان أن يحصل على اهتمام الآخرين وعطفهم واستغلالهم لصالحه •

* * *

رابعا — القلق المرضى/عصاب القلق [١٢] :

توضـح الأساليب اللاتوافقيـة السابق ذكـرها وسائل لاعادة التوافق المفقود بين الشخص وبيئته ، وهى تحقق خفضا للتوتر أو القلق بشكل مؤقت • وعندما يعجز الشخص عن الوصول الى حل للتغلب على الصراع الذى يعانيه ، فانه يظل فى حالة انفعالية مؤلمة هى حالة « القلق » نفسها • وهنا يصبح القلق فى ذاته حالة مرضية ، هى حالة الشخص الذى فشل تماما فى تحقيق التوافق •

وقد يجمع الشخص القلق بين عدة مظاهر •• فنراه يشعر بنوبات حادة من الهلع أو الخوف غير محدد المصدر ، كما يشعر بالاعياء والتعب وعدم القدرة على العمل ، مع الشكوى من بعض الأعراض الجسمية الغامضة التى ليس لها أساس عضوى • والى جانب ذلك قد يشعر الشخص القلق بالاكتئاب والهم والتشاؤم واليأس ، كما قد يشعر أيضا بالاهتمام الزائد بصحته والخوف من المرض مما يدعوه الى كثرة التردد على الأطباء ليطمئن على صحته • هذا بالاضافة الى الخوف من الجنون والخوف من الموت ، وضعف القدرة على التركيز وتشتت الانتباه •

وعلى الرغم من أن هذه المظاهر قد توجد منفصلة بعضها عن البعض الآخر تماما ، الا أنها مع ذلك قد تصنف فى بعض الأحيان تصنيفات منفصلة •• فقد يوضع الشعور بالاعياء والشكاوى المرضية الغامضة تحت عنـوان « النورستانيا » [١٣] • وقـد يوضع الاهتمام الزائد بالصحة وشدة الحرص عليها تحت عنـوان « الهيبوكوندريا » [١٤] • وقد يقصر اسم عصاب القلق على نوبات الفزع الحادة أو الهائمـة بأعراضها الفسيولوجية ، كشدة ضربات القلب ، وضيق التنفس ، وزيادة العرق • وقد يصنف المظهر النفسى المتعلق بالهم والشعور بالاكتئاب تحت عنوان « الاكتئاب العصابى » [١٥] • وأخيرا فان ما يترتب على

---

(١٢) محمد عماد الدين اسماعيل : **الشخصية والعـلاج النفسى** • القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٢٦٠ — ٢٧٤ •

(١٣) Neurosthenia

(١٤) Hypochondriasis

(١٥) Psychoneurotic Depression

الحالة الانفعالية المؤلمة المستمرة من تلف أو تغير عضوى ، كقرحة المعدة أو الحساسية الجلدية وغيرها ، قد يصنف تحت ما يسمى « بالاضطرابات السيكوسوماتية/الاضطرابات الجسمية النفسية » (١٦) •

وان أى محاولة لفصل هذه الأمراض العصابية عن بعضها البعض فصلا محددا على النحو الذى ذكرناه يعتبر تعسفا لا يتفق مع الحقائق الاكلينيكية • فالملاحظ أن حالات عصاب القلق غالبا ما تكون مصحوبة بالشعور بالاعياء والشكاوى المرضية الغامضة ، وكثيرا ما تصاحبها أعراض حشوية من نوع الاضطرابات الجسمية النفسية ، وهكذا • ولذلك فان القلق يعالج هو وآثاره باعتبارها مجموعة موحدة من الأعراض التى تجمع بينها صفة واحدة ، الى جانب تلازمها فى الظهور ، تلك هى صفة سوء التكيف أو سوء التوافق فى نوع الاستجابات ، حيث انها تعبر عن شدة الانفعال أو وحدة التوتر ، ولا تؤدى الى خفض التوتر — ولو مؤقتا — كبقية الوسائل الدفاعية الأخرى •

***

مظاهر سوء التوافق فى القرآن

أولا — الصراع النفسى :

تتضمن الشخصية الانسانية صفات الحيوان المتمثلة فى الحاجات البدنية التى يجب اشباعها من أجل حفظ الذات وبقاء النوع ، كما تتضمن أيضا صفات معنوية سامية تتمثل فى التشوق الروحى الى الايمان بالله سبحانه وتعالى وعبادته وتسبيحه • وقد يحدث بين هذين الجانبين من شخصية الانسان صراع ، فتجذبه أحيانا حاجاته وشهواته البدنية ، وتجذبه أحيانا أخرى حاجاته المعنوية وأشواقه الروحية ، ويشعر الانسان بالصراع فى نفسه بين هذين الجانبين من شخصيته • ويشير القرآن الكريم الى حالة الصراع فى نفسه بين هذين الجانبين المادى والروحى ، وذلك بقوله :

---

(١٦) Psychosomatic Disordres .

« فأما من طغى • وآثر الحياة الدنيا • فان الجحيم هى المأوى • وأما من خاف مقـــام ربه ونهى النفس عن الهوى • فان الجنـــة هى المـــأوى » • (النازعات : ٣٧ — ٤١)

ويشير القرآن الكريم أيضا الى هذا الصراع النفسى بين الجانبين المادى والروحى فى الانسان فى وصفه لخروج قارون على قومه فى زينته مما جعل بعض الناس يتمنون أن يكون لهم ما لقارون من ثروة ، فيرد عليهم البعض الآخر بأن ما عند الله خير وأبقى •

« فخرج على قومه فى زينته ، قال الذين يريدون الحياة الدنيا ياليت لنا مثل ما أوتى قارون انه لذو حظ عظيم • وقال الذين أوتوا العـــلم ويلكم ثواب الله خـــير لمن آمن وعمـــل صالحا ولا يلقـــاها الا الصابرون » • (القصص : ٧٩ — ٨٠)

ولعل مشيئة الله سبحانه وتعالى قد اقتضت أن يعانى الانسان — من بين ما يعانيه من مشاق الحياة — هذا الصراع النفسي بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية ، فقال تعالى : **« لقـــد خلقنا الانسان فى كبـــد »** • (البلد : ٤)

ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أيضا أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة •• فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التوازن ، فقد نجح فى هـــذا الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة • وأما من انساق وراء شهواته البدنية وأغفل المطالب الروحية فقد فشل فى هذا الاختبار ، واستحق أن يجازى على ذلك بالشقاء فى الدنيـــا والآخرة • قال تعالى :

- **« يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون »** • (المنافقون : ٩)
- **« الذى خلق الموت والحياة ليبلوكم أيكم أحسن عملا »** • (الملك : ٢)

● « فذكر ان نفعت الذكرى • سيذكر من يخشى • ويتجنبها الأشقى • الذى يصلى النار الكبرى • ثم لا يموت فيها ولا يحيا • قد أفلح من تزكى • وذكر اسم ربه فصلى • بل تؤثرون الحياة الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • (الأعلى : ٩ — ١٧)

ولقد شاءت حكمة الخالق سبحانه أن يمد الانسان بجميع الامكانات اللازمة لحل هذا الصراع ، بأن وهبه العقل ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل • كما أمده سبحانه بحرية الارادة ليستطيع أن يبت فى أمر هذا الصراع ، وأن يختار الطريق الذى يريده لحل هذا الصراع • فقال تعالى :

● « وهديناه النجدين » • (البلد : ١٠)

● « انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا » • (الانسان : ٣)

● « ونفس وما سواها • فألهمها فجورها وتقواها • قد أفلح من زكاها • وقد خاب من دساها » • (الشمس : ٧ — ١٠)

● « قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن أبصر فلنفسه ، ومن عمى فعليها » • (الأنعام : ١٠٤)

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام للعبيد » • (فصلت : ٤٦)

● « كل نفس بما كسبت رهينة » (المدثر : ٣٨)

وحينما يختار الانسان الملذات الدنيوية ، وينساق وراء أهوائه وشهواته ، وينسى ربه واليوم الآخر ، انما يصبح فى معيشته أشبه بالحيوان ، بل أضل ، لأنه لم يستخدم عقله الذى ميزه الله تعالى به على الحيوان • قال تعالى :

● « أرأيت من اتخذ الهه هواه أفأنت تكون عليه وكيلا • أم تحسب أن أكثرهم يسمعون أو يعقلون ، ان هم الا كالأنعام ، بل هم أضل سبيلا » • (الفرقان : ٤٣ — ٤٤)

والانسان الذى يعيش هذا النوع من المعيشة يكون غير ناضج الشخصية ولا يهمه الا اشباع حاجاته ورغباته ، ولم تقو ارادته بعد ، ولم يتعلم كيف يتحكم فى أهوائه ، وشهواته ، فيصبح خاضعا لتوجيه « نفسه الأمارة بالسوء » . قال تعالى :

● **« وما أبرىء نفسى ، ان النفس لأمارة بالسوء الا ما رحم ربى ، ان ربى غفور رحيم »** . (يوسف : ٥٣)

وحينما يبلغ الانســان مرتبة أعلى من النضـــوج والكمال ، يبدأ ضميره فى الاستيقاظ ، فيأخذ يشعر بالاستنكار من ضعف ارادته ومن انقياده لأهوائه وشهواته ، مما يوقعه فى الخطيئة والمعصية ، فيشعر بالذنب ، ويلوم نفسه على ما فرط منها ، ويتجه الى الله تعالى تائبا مستغفرا ، ويصبح فى هذه الحالة تحت تأثير « النفس اللوامة » . قال تعـــالى :

● **« لا أقسم بيوم القيامة . ولا أقسم بالنفس اللوامة »** .
(القيامة : ١ — ٢)

واذا أخلص الانسان بعد ذلك فى توبته ،وفى تقربه الى الله تعالى بالعبادات والأعمال الصالحة ، وتحكم تحكما تاما فى أهوائه وشهواته وقام بتوجيهها الى تحقيق الاشباع بالطريقة التى حددتها الشريعة الاسلامية، فحقق بذلك التوازن التام بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية ، فانه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال الانسانى . وهذه المرتبة هى التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » ، التى نزل فيها قوله تعالى :

● **« يا أيتها النفس المطمئنة . ارجعى الى ربك راضية مرضية . فادخلى فى عبادى . وادخلى جنتى »** . (الفجر : ٢٧ — ٣٠)

ويمكن أن نتصور المفاهيم الثلاثة للنفس وهى : « النفس الأمارة بالسوء » ، و « النفس اللوامة » و « النفس المطمئنة » ، على أنهـــا حالات تتصف بها شخصية الانسان فى مستويات مختلفة من النضج التى تمر بها أثناء صراعها الداخلى بين الجانبين المادى والروحى من طبيعة تكوينها .. فحينما تكون شخصية الانسان فى أدنى مستوياتها

بحيث تسيطر عليها الأهواء والشهوات والملذات البدنية والدنيوية ، فانها تكون فى حالة « النفس الأمارة بالسوء » • وحينما تبلغ الشخصية أعلى مستويات النضج والكمال الانسانى ، حيث يحدث التوازن التام بين المطالب البدنية والروحية ، فانها تصبح فى حالة « النفس المطمئنة » وبين هذين المستويين مستوى آخر متوسط بينهما يحاسب فيه الانسان نفسه على ما يرتكب من أخطاء ، ويسعى جاهدا للامتناع عن ارتكاب ما يغضب الله ويسبب له تأنيب الضمير ، وتطلق على الشخصية فى هذا المستوى « النفس اللوامه » •

وتجدر الاشارة هنا الى أنه بعد نزول القرآن بنحو أربعة عشر قــرنا من الزمان ، جاءت « مدرسة التحليــل النفسى » بنظرية فى الشخصية ميزت فيها ثلاثة أقسام للنفس تحمــل بعض أوجه الشبه بمفاهيم النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة الواردة فى القرآن الكريم • فتذهب مدرسة التحليل النفسى الى أن للنفس ثلاثة أقسام هى : « الهو » (١٧) ، و « الأنا » (١٨) ، و « الأنا الأعلى » (١٩) • و « الهو » ، فى رأى مدرسة التحليل النفسى ، هو ذلك الجزء من النفس الذى يحوى الغرائز المنبعثة من البدن ، فهــو يطيع « مبدأ اللذة » ويستهدف دائما الاشباع دون مراعاة للأخــلاق أو القيم أو المنطق • « فالهو » ، بهذا المعنى ، يشبه مفهوم « النفس الأمارة بالسوء » •

و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من النفس الذى يتكون من التعاليم التى يتلقاها الفرد من والديه ومعلميه ومن قيم الثقافة التى نشأ فيها • ويصبح « الأنا الأعلى » قوة نفسية داخلية تحساب الفرد وتراقبه وتنتقده وتهدده بالعقاب ، وهو ما يعرف عادة بالضمير • وترى مدرسة التحليل النفسى أن « الأنا الأعلى » يمثل كل الجوانب السامية فى الطبيعة الانسانية ، وبهذا المعنى فانه يشبه الى حد ما مفهــوم « النفس اللوامة » •

---

(١٧) Id . (١٨) Ego .

(١٩) Supe - Ego .

و « الأنا » هو ذلك الجــزء من النفس الذي يقبض على زمام الرغبات الغريزية المنبعثة من « الهو » ويسيطر عليها ، فيسمح باشباع ما يشاء منها ، ويؤجل ما يرى تأجيله ، ويكبت ما يرى ضرورة كبته مراعيا « مبدأ الواقع » أو العالم الخارجى ، بما يتضمنه ذلك من قوانين وقيم وأخلاق وتعاليم دينية • ويقوم « الأنا » ، فى رأى مدرسة التحليل النفسى ، بالتوفيق بين « الهو » ، و « الواقع » أو العالم الخارجى ، و « الأنا الأعلى » ، بحيث يسمح باشباع رغباته الغريزيه فى الحدود التى يسمح بها الواقع ، ويحد من تطرف « الأنا الأعلى » بحيث لا يجعله يسرف فى النقد والتهديد بالعقاب دون مبرر • واذا نجح « الأنا » فى وظيفته التوفيقية أمكن أن يتحقق للانسان الاتزان والسواء ، وهنا نجد شبها بين ما يحققه « الأنا » فى وظيفته من اتزان وسعادة وبين حالة « النفس المطمئنة » [٢٠] •

***

ثانيا — الحيل العقلية :

سبق أن ذكرنا أن الحيل العقلية عبارة عن سلوك دفاعى يلجأ اليه الانسان لوقاية نفسه من الشعور بالقلق الذى يمكن أن ينتابه اذا ما عرفت دوافعه الحقيقية الكامنة فى نفسه ، والتى يحاول اخفاءها بالالتجاء الى الحيل العقلية •

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتميز بالشك والتردد ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف من أن يفضح أمرهم ، والرهبة من أن يعرفهم المسلمون فيبطشون بهم • وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى كثرة الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى • وقد أشار القرآن الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يقومون بها هى : الاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل [٢١] •

---

(٢٠) محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** ، القاهرة ، دار الشروق ١٩٨٢ ، ص ٢٠٣ — ٢١٠ •

(٢١) المرجع السابق ، ص ٢٢٢ — ٢٢٤ •

أ ـ الاسقاط :

الاسقاط حيلة عقلية يقوم فيها الفرد باسقاط مشاعره ودوافعه وأخطائه وعيوبه على الغير ، فيدركها فيهم بدلا من أن يدركهـا فى نفسه • وكان المنافقون يضمرون العداء للمسلمين ، ويخفون حقدهم عليهم وكراهيتهم لهم ، وكانوا يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم • وقد صور القرآن الكريم ذلك أصدق تصوير فى وصف المنافقين الذين كانوا يحسبون كل صيحة يسمعونها تصدر عن المسلمين ضدهم •

● **« واذا رأيتهم تعجبك أجسامهم ، وان يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون »** • (المنافقون : ٤)

ان كل صيحة يسمعونها يظنون أنها عليهم ، ويظنون أن المسلمين يريدون أن يبطشوا بهم ، وذلك نتيجة لما يضمرونه من شعور عدائى نحو المسلمين ، فيقومون باسقاط هذا الشعور العدائى عليهم •

٢ ـ التبرير :

هو حيلة عقلية دفاعية يحاول بها الشخص تبرير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تفسيرا مقبولا • وقد كان الكافرون والمنافقون يلجأون الى التبرير فى كثير من الأحيان لتفسير سلوكهم تفسيرا يبدو مقبولا •• فاذا أفسدوا فى الأرض قالوا انما هم يقصدون الاصلاح ، وهم بذلك انما يقومون بتبرير أفعالهم تبريرات تبدو مقبولة ومعقولة • وقد وصف القرآن التبرير الذى يقوم به المنافقون بقوله :

● **« واذا قيـل لهم لا تفسـدوا فى الأرض قالوا انما نحن مصلحون • ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون »** •

(البقرة : ١١ ـ ١٢)

وحينما يقوم الانسان بالتبرير فهو لا يكون مدركا بأنه يقـوم بعملية تبرير ، بل انه يعتقد فعلا أن ما يقوم به من أعمال سيئة انما

هى أعمال حسنة ومفيدة ، أو أنه يقصد منها الخير والاصلاح • ويشير القرآن الى هذه الناحية اللاشعورية بقوله فى الآية السابقة **« ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون »** • فالقول **« ولكن لا يشعرون »** انما يشير الى عدم وعيهم بأن ما يفعلونه انما هو افساد وليس اصلاحا •

٣ — تكوين رد الفعل :

ان تكوين رد الفعل حيلة دفاعية يتخذ فيها الفرد سلوكا يكون مضادا لسلوك آخر يريد إخفاءه • فالفرد ، مثلا ، قد يبدى كثيرا من المجاملة والأدب والاهتمام فى معاملة شخص معين كوسيلة دفاعية يخفى بها كراهيته له وشعوره العدائى نحوه • وقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة العقلية الدفاعية لاخفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين •• فكانوا يحسنون الكلام معهم ، ويظهرون حبهم واعجابهم وتقديرهم لهم بقصد اخفاء ما تضمره نفوسهم من كراهية وعداء • قال تعالى :

● **« ومن الناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام • واذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد »** •

(البقرة : ٢٠٤ — ٢٠٥)

* * *

● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — يشير مفهوم « التوافق » الى أن الكائن الحى يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الذى يعيش فيه من أجل البقاء • وهناك ثلاثة أبعاد للتوافق : التوافق الشخصى ، والتوافق الاجتماعى ، والتوافق المهنى • ويعنى التوافق الشخصى أن يكون الانسان راضيا عن نفسه ، وأن تخلو حياته النفسية من الصراعات النفسية والتوترات التى تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص • وهناك عوامل تتوسط

بين الظروف الاجتماعية التى يمر بها الفرد والانحرافات النفسية ، وهذه العوامل هى : الاحباط ، والصراع ، والقلق ، والكبت •

٢ — الانسان يعيش فى مجتمع ، وتحدث فى اطار المجتمع عمليات من التفاعل فيما بين الأفراد والجماعات والمجتمع • ويربط بين الأفراد نمط ثقافى معين ، كما أنهم يتصرفون وفقا لمجموعة من النظم والعادات والقيم والمبادىء التى يخضعون لها • وهذا ما يعرف باسم « عملية التطبيع الاجتماعى » ، التى تتم فى نطاق الأبعاد الآتية : الالتزام بأخلاقيات المجتمع ، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعى ، والتفاعل الاجتماعى ، والتفاعل العائلى ، والتفاعل الاجتماعى والجو المدرسى •

٣ — التوافق المهنى هو توافق الفرد لدنيا عمله •• فهو يشمل توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية المحيطة به فى العمل والتغيرات التى تطرأ عليها ، وتوافقه لخصائصه الذاتية ، ومع المشرف عليه ومع زملائه ، ومع مطالب العمل ، ومع ظروف العمل المتغيرة ، ومع قدراته وميوله وشخصيته •

٤ — تصنف أساليب التوافق غير السوى الى :

(١) « أساليب هجومية » وهى التى تتخذ شكلا مضادا للمجتمع مثل : التعويض الزائد ، والتبرير ، والاسقاط والتقمص ، والنقل •

(٢) « أساليب انسحابية » وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب من المواقف التى تثير الصراع ، مثل : الانعزال الانطوائى ، والتخيل وأحلام اليقظة ، والنكوص •

(٣) « الأساليب الاستعطافية » وهى تتضمن جميع الوسائل التى يظهر فيها الخوف أو المرض بشكل واضح ، مثل : الهستيريا ، والأفكار المتسلطة/الوسواس ، والقهر ، والمخاوف المرضية •

(٤) « القلق المرضى » / عصاب القلق •

٥ — تتضح مظاهر سوء التوافق فى القرآن بالنسبة للصراع النفسى ، والحيل العقلية الدفاعية كالاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل •

* * *

الفصل الخامس

التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي لتحقيق التوافق

● مقدمة :

تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق المبادىء والقوانين النفسية والانسانية فى المجالات المختلفة • وتقوم هذه الخدمات على أساس مساعدة الفرد وخدمته فى الأسرة أو المدرسة أو المجتمع أو فى أى مجال آخر • وقد تكون الخدمة النفسية توجيها تربويا يستهدف تحقيق تكيف الطالب وتوافقه فى دراسته ، وقد تكون توجيها مهنيا يقصد توافقه فى عمله ، وقد تكون ارشادا نفسيا يرمى الى تقبل الفرد لذاته وتوافقه مع الآخرين ومع بيئته ، وقد تكون الخدمة فى مجالات أخرى •

وترمى الخدمات النفسية الى المحافظة على كيان الفرد أو المجتمع سليما قويا ناميا • وتتجه هذه الخدمات الى الأفراد ، كما تتجه الى الجماعات ، والى المجتمع بأكمله •• وهى حين تتجه الى الفرد انما تحاول أن تحافظ على كيانه وذاته وشخصيته ، كما تعمل على أن تهيىء له الظروف التى تؤدى الى نموه ونضجه وتوافقه فى المجالات المختلفة ـ الأسرة والدراسة والعمل والعلاقات الاجتماعية • وقد تركز على ناحية معينة كما فى التوجيه التربوى والمهنى ، كما قد تركز على توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين كما فى الارشاد النفسى • وتستهدف جميع هذه الخدمات نمو الفرد فى مجالات الحياة المختلفة ـ الدراسية

والمهنية والأسرية والاجتماعية — الى أقصى حد ممكن ، كما تعمل على تهيئة الظروف التى تؤدى بالفرد الى اكتساب أساليب سلوكية من شأنها أن تحقق له الرضا والاشباع والسعادة .

وقد تتجه الخدمات النفسية الى الجماعات حين تستهدف تماسك الجماعة وازالة أسباب التوتر والصراع بين أفرادها . فالتوجيه الجمعى فى مجالات التربية والتعليم والعمل والعلاقات الاجتماعية يرمى الى توجيه الجماعات الى أقصى ما تستطيع أن تحققه من نمو ، من حيث تنمية العلاقات القائمة بين أفرادها وازالة أسباب القلق ومعوقات الانتاج وتحقيق التوافق والرضا والاشباع . وهى تستهدف توجيه الطلاب نحو الدراسة والحياة المهنية والاجتماعية الملائمة ، وتوجيه العاملين وأصحاب العمل نحو تحقيق الاشباع المهنى والعمل على زيادة الانتاج وتحسين مستواه والتقليل من تكاليفه ، وكذلك الخدمات النفسية العسكرية التى تقوم على خدمة المجهود الحربى عن طريق انتقاء المجندين وتوزيعهم على الأسلحة المختلفة التى تتفق مع قدراتهم وخبراتهم ثم رفع معنوياتهم وعلاج حالات الاضطراب النفسى أو سوء التوافق ، هذا بالاضافة الى الحرب النفسية الوقائية والهجومية والدفاعية .

* * *

● الحاجة الى الخدمات النفسية :

ظهرت الحاجة الى الخدمات النفسية بصورة واضحة نتيجة للتطور الذى تناول المجتمع فأدى الى اختلاف الظروف التى يعيش فيها الفرد وتعقد النظم الاجتماعية التى يخضع لها ونمو عمليات التنشئة الاجتماعية التى يمر بها حتى يصبح عضوا نافعا فى الجماعة التى ينتمى اليها . وقد صاحب هذا بالضرورة تعدد الالتزامات والمطالب المفروضة على الفرد ، وتعدد أساليب اشباعها ، ثم تعقد وسائل التوافق التى يجب على الفرد أن يتعلمها ويتبعها .. وسنشير الى بعض نواحى التطور التى طرأت على الأسرة والعمل والحياة الاجتماعية بصورة عامة .

١ — التغيرات التى طرأت على الأسرة :

ليس من الميسور حصر التغيرات التى طرأت على الأسرة على مر العصور ، فمن الملاحظ أن هذا التغير قد تناول تكوين ووظائف أفرادها وعلاقاتهم بعضهم بالبعض الآخر • فلقد كانت الأسرة كبيرة تشمل الأبوين والأبناء والأحفاد وغيرهم • وكان رب الأسرة ، بمساعدة أعضائها ، يقدم للأسرة احتياجاتها ، وكانت تربية الأطفال وتوجيههم من النواحى التعليمية والمهنية والدينية والاجتماعية تقع على عاتق أفراد الأسرة أو عاتق أفراد يتصلون بالأسرة اتصالا وثيقا • وكانت أهداف التربية فى اطار الأسرة محدودة ، كما كان مجال الاختيار بالنسبة للطفل ضيقا ، هذا بالاضافة الى أن قيم المجتمع كانت من البساطة والوضوح النسبى بحيث كان على الطفل أن يتبع أنماطا معينة من السلوك لا يكاد يحيد عنها •

وكان من تأثير التطور الذى طرأ على الأسرة أن يؤدى الى ابعاد أحد الأبوين أو كليهما — فى كثير من الأحيان — عن المنزل والأطفال• ولهذا نشأت الحاجة الى أن تقوم المدرسة أو غيرها من المؤسسات الاجتماعية بتوجيه الأطفال وارشادهم فى مجالات الدراسة والسلوك الشخصى والاجتماعى • هذا بالاضافة الى أن الفروق التى تنشأ بين امكانات بعض الأسر من النواحى المادية والصحية والثقافية والاجتماعية ومطالب المجتمع الخارجى تؤدى الى مضاعفة عبء المدرسة وغيرها من المؤسسات الاجتماعية ، حتى لا ينشأ عن هذه الفروق ما يؤدى الى تخلف الأبناء أو انحرافهم أو تحديد نموهم فى المراحل المختلفة •

ولما كانت المدرسة بحكم امكاناتها فى وضع استراتيجى ممتاز فانها أخذت على عاتقها كثيرا من المسئوليات التى كانت تقوم بها الأسرة ، بل انها تعدت ذلك الى أن تتولى أمر توجيه الأسرة واعدادها للقيام ببعض وظائفها على أحسن وجه • والتوجيه التربوى والمهنى والارشاد النفسى من الخدمات التى أخذت المدرسة على عاتقها أمر

القيام بها ، وهى تقوم بها عن طريق المدرسين المؤهلين والأخصائيين فى مجالات التوجيه والارشاد النفسى والتربوى والمهنى •

٢ — التغيرات التى طرأت على العمل :

لا شك أن التغيرات التى طرأت على الحياة المهنية تعتبر من أبعد التغيرات أثرا فى حياة الانسان •• فالانتقال من الأعمال البدائية الى الصناعة المتقدمة المتطورة ، ومن قيام الفرد بجميع مراحل الانتاج الى تخصصه فى احدى المراحل الانتاجية أو فى احدى الخطوات التى تكون مرحلة من مراحل الانتاج ، فضلا عن التطور الذى طرأ على المصنع وتنظيمه وعلاقات العمل •• كل هذا أدى الى أن تنشأ مشكلات كثيرة ينبغى مواجهتها ، حتى لا تنتشر الأمراض الجسمية أو الاجتماعية أو المهنية أو النفسية بين العاملين ، وحتى لا يقل الانتاج أو ينخفض مستواه •

ويكفى ان نشير الى تعدد مجالات العمل وتباين مطالبها وأن على الفرد أن يختار من بينها أكثرها ملاءمة له ، وأن يعد نفسه للمجال الذى اختاره وأن يتوافق معه ، هـذا فضلا عن ضرورة حساب عوامل المنافسة والاحباط التى قد تعترضه نتيجة لزيادة الاقبال والتزاحم على بعض المهن دون غيرها بسبب ما تدره من أرباح أو لما تسبغه من مركز اجتماعى على شاغلها • وينبغى الاشارة الى التغير السريع الذى تناول التكوين المهنى للمجتمع ومطالبه وتأثيره على الفرد • هذا بالاضافة الى مطالب بعض المهن فى الوقت الحاضر سواء أكانت تتعلق ببعض المسئوليات التى تضعها على عاتق العاملين أو السرعة والدقة التى تتطلبها من العامل فى انجاز العمل •

٣ — التغيرات التى طرأت على المجتمع بصورة عامة :

طرأت على المجتمع بصورة عامة تغيرات كبيرة للتطور التكنولوجى الذى يمر به الانسان والمجتمع •• فأسلوب الحياة التى يعيشها الفرد ، والعلاقات الانسانية السائدة بين الأفراد ، والنظم التى تعيش فيها

الجماعة قد تغيرت تغيرا كبيرا • وقد نشأ عن التطـــور التكنولوجى السريع والتغير الثقافى والحضارى والاجتماعى — الذى يحاول أن يلاحق التطور التكنولوجى — كثير من المشكلات النفسية التى تحتاج الى دراسة وعلاج •

وان نظرة واحدة الى بعض وسائل الترفيه التجارية ، مثل الصور المتحركة (السينما) توضح لنا مدى المشكلات التى تنشأ عنها نتيجة لرغبة الأحداث والشباب فى مشاهدتها ثم التأثر بها وما ينشأ عن ذلك من بعض النتائج الضارة الناجمة عن الرغبة فى محاكاة ما يشاهدونه وتقليده دون توجيه أو رقابة •

وقد أدت الحياة الحديثة كذلك الى القاء أعباء نفسية انفعالية أو عقلية كبيرة على الأفراد •• فقد أصبح العمل فى العصر الحديث أكثر تطلبا للمجهود النفسى والعقلى ، فى حين أن العمل فى العصور السابقة كان يقوم أساسا على المجهود الجسمى ، بينما تجد أن المجهود النفسى الانفعالى والعقلى يكلف الفرد الشىء الكثير من رضائه وسعادته [١] •

* * *

● **مفهوم التوجيه والارشاد النفسى :**

« التوجيه » [٢] عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات التى تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم وادراك المشـــكلات التى يعانون منها ، والانتفاع بقدراتهم وامكانياتهم ومواهبهم فى التغلب على المشكلات التى تواجههم ، بما يؤدى الى تحقيق التوافق وبين البيئة التى يعيشون بها حتى يبلغوا أقصى ما يستطيعون الوصول اليه من نمو وتكامل فى شخصياتهم •• ويقوم التوجيه على أساس المبدأ الديمقراطى الذى ينادى بأن من حق كل فرد أن يختار الأسلوب الذى ينتهجه فى حياته ، طالما أن هذا الاختيار لا يتدخل فى حقوق الآخرين ولا يطغى عليهم • ومن الضرورى تنمية قدرات الفرد ومعاونته على استغلالها

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : **الارشاد النفسى والتوجيـــه التربوى والمهنى** • القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦٠ — ٦٢ •

(٢) Guidance

فى ادارة شئون حياته والتغلب على مشكلاته • ومن الوظائف الأساسية للتربية اتاحة الفرصة للفرد حتى ينمى قدراته ويستغلها لتحقيق التوافق للدراسة والبيئة التى يعيش فيها ، وعلى ذلك فالتوجيه جزء متكامل من التربية يتركز أساسا على هذه الوظيفة • ولا يعمل التوجيه على اختيار أى طريق يسير فيه الفرد ، بل انه يساعد الفرد على أن يقوم بالاختيار بنفسه بالطريقة التى تساعد على تنمية قدراته بحيث يستطيع أن يتخذ القرار الملائم دون مساعدة من الآخرين •

ويقوم التوجيه على أساس وجود مكان فى العالم لكل فرد ، فى المجالات التعليمية والمهنية والاجتماعية • وهو يرتكز الى المبدأ القائل بأنه على الرغم من تشابه البشر فى نواح شتى الا أنه يجب أن ننظر بعين الاعتبار الى الفروق الفردية التى تستلزم أن يقوم كل فرد بنشاطه فى ناحية معينة تعتبر أنسب النواحى التى تتفق مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته وخبراته ، ويستهدف التوجيه خدمة الفرد ومساعدته من خلال تطبيق مبادىء الخدمة النفسية • وقد تكون هذه الخدمة توجيها تربويا يرمى الى تحقيق توافق الطالب فى دراسته ، وقد تكون توجيها مهنيا يعمل على توافقه لمهنته ، أو تكون ارشادا نفسيا يؤدى الى توافقه مع نفسه ومع غيره ومع بيئته •

ولا يعنى التوجيه اعطاء تعليمات أو توجيهات محددة للفرد ، أو املاء وجهة نظر معينة عليه ، كما لا يعنى التوجيه أن يحمل الموجه أعباء الفرد ومسئولياته ، ولكنه يستهدف تقديم العون والمساعدة •• ويقدم هذه المساعدة أخصائيون نفسانيون مؤهلون ومدربون الى شخص آخر فى أية مرحلة من مراحل نموه ، بحيث تمكن الفرد من تدبير شئون حياته وتعديل أفكاره وقيمه واتجاهاته ، وتساعده على اتخاذ القرارات التى تلائمه وتناسب الموقف الذى يواجهه • وقد تقدم هذه المساعدة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، كما قد تقدم لفرد واحد أو لمجموعة من الأفراد •

ومعنى ذلك أن التوجيه يتصل بجميع الجوانب الشخصية للفرد ، سواء أكانت عقلية أو انفعالية أو اجتماعية ، وعلى ذلك فهو يهتم باتجاهات

الشخص وأنماطه السلوكية ، وتنشد مساعدته على تكامل أوجه نشاطه مستخدما طاقاته الأساسية والفرص المتاحة له فى بيئته • وقد تستهدف خدمات التوجيه مساعدة الفرد على تحقيق التوافق فى مجال خاص من النشاط كالتكيف للمنهج الدراسى مثلا •• فهذا التكيف يتطلب الاهتمام بعدة عوامل منها : صحة التلميذ ، وامكانياته العقلية ، واتجاهاته نحو الدراسة بوجه عام أو نحو ميدان خاص من ميادين التعلم ، ومقدار الوقت الذى يستطيع تخصيصه للدراسة ، وخطط التلميذ للمستقبل الدراسى والمهنى ، ومدى تعاون الأسرة لتحقيق الصحة النفسية للتلميذ • وهكذا نجد أن التوجيه عبارة عن مجموعة من الخدمات الفنية والمساعدات الخاصة ، من بينها أوجه النشاط التى تجعل البرنامج الدراسى أكثر فاعلية وجدوى فى مقابلة حاجات التلاميذ كأفراد وجماعات • ولذلك يرسم توجيه التلاميذ مجموعة من الخطط تستهدف ما يأتى :

١ — الكشف عن الحاجات الحقيقية لدى التلاميذ والمشكلات التى يتعرضون لها •

٢ — استخدام المعلومات المتجمعة عن التلاميذ لتطويع التعليم وتعديله بحيث يشبع الحاجات المختلفة للتلاميذ •

٣ — مساعدة التلاميذ على فهم أنفسهم فى مراحل النمو المختلفة ، والوصول بنمو كل تلميذ الى مستوى أفضل •

٤ — امداد التلاميذ بمجموعة من الخدمات مثل : التعريف بالبيئة المدرسية ، والمقابلة الفردية ، والارشاد النفسى ، والتوجيه الجمعى ، والتزود بالمعلومات فى شتى المجالات ومساعدتهم على وضع الأهداف الدراسية والمهنية المستقبلة ، ومعاونتهم على الالتحاق بالعمل الملائم بعد اتمام دراستهم ، ومتابعة الخريجين ، ودراسة حالات المتخلفين دراسيا •

٥ — تخطيط الأبحاث التى تستهدف تقويم برامج التوجيه والارشاد النفسى [٣] •

---

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : **دور المعلم فى التوجيه والارشاد بالمدرسة الثانوية** . مكة المكرمة : المؤتمر الاول لاعداد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ ، ص ٦ .

نخلص مما تقدم بأن التوجيه هو المساعدة التى يقدمها شخص لآخر كى يستطيع أن يختار طريقا معينا ويتخذ قرارا خاصا يحقق له التوافق ويساعده على حل مشكلاته • ويستهدف التوجيه مساعدة الفرد على النمو والاستقلال فى حياته وتنمية قدراته على تحمل مسئولياته الشخصية والاجتماعية • وهو خدمة تشمل شتى جوانب حياة الفرد ولا تقتصر على جانب معين من حياة الفرد • وهو يتوافر فى جميـــع مراحل الحياة ، فى المنزل والمدرسة والعمل والعلاقات الاجتماعية ، ويلاحق الفرد فى شتى مراحل نموه من الطفولة حتى الشيخوخة •

أما عن « الارشاد النفسى » (٤) ، فهو تلك العملية التى تجرى بين فردين أحدهما قلق مضطرب بسبب بعض المشكلات الانفعالية التى لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده ، والثانى أخصائى يستطيع بحكم اعداده المهنى وخبرته الفنية السيكلوجية أن يقدم المساعدات التى تمكن الفرد من أن يصل الى حل لمشكلاته • ويركز الارشـــاد النفسى على المشكلات التى لم تصل بعد بالفرد الى حد الانحراف الذى يهتم به العلاج النفسى والتى تظهر فى الأمراض النفسية على اختلاف أنواعها•• واذا حللنا هذا التعريف بشىء من العمق نجد أن الهدف الأول للارشاد النفسى هو مساعدة الفرد الذى يطلب المساعدة كى يتغلب على المشكلات التى تواجهه أو أن يخفف منها بقدر الامكان • وفى هذا الصدد يتفق الارشاد النفسى من حيث الهدف مع التوجيه ، غير أن الارشاد النفسى بمعناه المحدود يختلف عن التوجيه فى أنه — أى الارشاد — أكثر تأكيدا للعملية التعليمية التى يجب أن يمر بها الفرد أثناء عملية الارشاد ، حيث يتم تنظيم الموقف الاستشارى بحيث يصبح موقفا تعليميا يؤدى بالفرد الى تنمية الاستبصار ، سواء أكان ذلك فيما يتعلق بدوافعـــه وأفكاره وقيمه أو فيما يختص بأنماط سلوكه وأساليب تعامله مـــع الآخرين أو مع نفسه • ويتفق الارشاد النفسى فى هذه الناحية مـــع العلاج النفسى •

---

(٤) Counseling .

واذا ما تساءلنا عن الفرق بين التوجيه والارشاد النفسى نجد أن الفروق بينهما طفيفة ، وأن البعض ينكر هذه الفروق ويعتبر أن الارشاد النفسى نوع من التوجيه • ومن الممكن القول ان الفرق بينهما فرق فى المجال والدرجة التى يتناول بها كل منهما الفرد • فبينما يتسع المجـال فى التوجيه بحيث يشمل التوجيه التربوى والمهنى والاجتماعى والتوجيه الجمعى ، نجد أن الارشاد النفسى يقتصر على النواحى المتعلقة بحياة الفرد الانفعالية والاجتماعية ، وهى الخبرات التى يمر بها الفرد عند تفاعله مع بيئته والتى تسبب له فى بعض الأحيان قلقـا واضطرابا واضحين • أما من حيث الدرجة فاننا نجد التوجيه — أثناء معالجـة اتجاهات الفرد وقيمه ومشكلاته النفسية — لا يصل فى تعمقه وبحثه الى الدرجة التى يصل اليها الارشـاد النفسى • ويرى البعض أن الارشاد النفسى خطوة من خطوات التوجيه التربوى أو المهنى ، ولكن الاستشارة أو الارشاد النفسى المقصود فى هذا المجال لا يتجـاوز تخفيف حالات القلق والاضطراب النفسى البسيط لدى الفرد •

* * *

الأسس والمبادىء التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى

يسـتند التوجيه والارشاد النفسى الى مجموعـة من الأسس والمبادىء والمسلمات ، تكون فى مجموعها فلسفة التوجيه والارشاد التى يجب أن يدركها المشتغلون بهذه العملية ، بحيث يمكن أن تصبح دستورا فلسفيا ونفسيا واجتماعيا وفنيا وأخلاقيا للقائمين بخدمات التوجيه والارشاد النفسى [٥] •

أولا — الأسس الفلسفية للتوجيه والارشاد :

١ — يستند التوجيه أساسا الى فلسفة ديمقراطية ، على أساس منح الحرية للفرد كى يستفيد من المعلومات ، ويختار من بين الفرص العديدة ، ويتخذ قراراته التى تمس حياته ومستقبله • ومعنى ذلك

---

(٥) سيد عبد الحميد مرسى : **الارشاد النفسى والتوجيـه التربوى والمهنى** . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٨٠ — ٨٥ •

أن التوجيه لا يمنح للفرد ، وانما ينمو ذاتيا لديه ، فهو يبدأ من الفرد وللفرد وبالفرد • وهو فى ذلك لا يؤمن بفلسفة فردية متطرفة لا تضع المجتمع فى اعتبارها ، ولكنه يقدر الفرد مرتبطا بالمجتمع ، أى أن الفرد ينبغى أن يشبع حاجاته ويحقق رغباته فى حـــدود ما يرسمه المجتمع والثقافة التى يعيش بها •

٢ ـــ اذا كان الهدف من التوجيه والارشاد النفسى هو أن يحقق الفرد ذاته فى مختلف المجالات ، فان ذلك يدعو الى القول بأن عملية التوجيه ليست اكراها أو أمرا أو وعظا • وعلى ذلك يجب احترام حرية الفرد الذى يقدم له الموجه المساعدة بما يساعده على أن يتفهم حقيقة ذاته ويتعرف على امكاناته ويكتشف عن مواهبه ، كما يجب العمل على احترام حق الفرد فى تحديد أهدافه ووضع الخطة التى تحققها •

٣ ـــ يحتاج كل فرد الى مساعدة ما لحل مشكلته المختلفة وفقا لظروف حياته ، وله الحق فى طلب هذه المساعدة عندما يعترضه موقف لا يستطيع أن يواجهه بنجاح الا اذا توافرت له هذه المساعدة • ولا بد أن يشعر الفرد أولا بحاجته الى المساعدة حتى تؤتى ثمارها ، كما لا بد أن يثق فى فعالية التوجيه وأنه يقدم له المساعدة اللازمة كى يتغلب على مشكلاته •

***

ثانيا ـــ الأسس السيكولوجية لعملية التوجيه والارشاد :

تعتمد عمليات التوجيه والارشاد على مجموعة من المبادىء النفسية المشتقة من دراسة الطبيعـــة البشرية • ويمكن تلخيص هذه الأسس والمبادىء النفسية فى الآتى :

١ ـــ على الرغم من تشابه البشر فى بعض النواحى ، الا أن هناك فروقا واضحة بين الأفراد سواء فى قدراتهم أو استعداداتهم أو ميولهم أو شخصياتهم ، كما يتباينون من حيث القـــوة الجسمية والصحة العامة •

٢ — يوجد فى داخل الفرد ذاته ألوان شتى من الاختلاف فى خصائصه الجسمية والعقلية والنفسية ، باعتبارها خصائص غير ثابتة، وهى فى نموها لا تسير بخطى متشابهة أو متوازية .. فكثيرا ما تسرع بعض الخصائص عن غيرها فى معدل النمو ، كتقدم النمو العقلى على النمو الاجتماعى مثلا ، بالاضافة الى ما يطرأ على الفرد من تغيير عند انتقاله من مرحلة نمو الى مرحلة أخرى .

٣ — تؤثر جوانب الشخصية المختلفة بعضها على البعض الآخر ، ولذلك لابد من مراعاة نمو الشخصية الانسانية نموا متكاملا ، حيث تؤثر أبعادها المختلفة فى سلوك الفرد سواء أكان ظاهرا أو كامنا .

٤ — تنشأ لدى الفرد فى كل مرحلة من مراحل نموه العضوى والنفسى كثير من الحاجات التى تتطلب الاشباع ، ولا بد أن يراعى فى اشباعها مستوى نضج الفرد والأصول الثقافية التى نشأ فيها ، وفى حدود القيم والاتجاهات السائدة فى بيئته .

٥ — تعتبر عملية التوجيه والارشاد النفسى عملية تعلم ، لأن الفرد يكتسب خلالها اتجاهات وعادات وقيم ومظاهر سلوكية جديدة ، ويغير من وجهة نظره نحو نفسه ونحو الناس والأشياء والمبادىء ، ويتعلم طرقا جديدة لمعالجة ما يواجهه من مشكلات ، ويتزود بالمعلومات اللازمة لمواجهة الظروف التى تواجهه ، وتتاح له فرص الاختيار وتحديد الأهداف ووضع الخطط ، وتتهيأ له الظروف لتطبيق ما يتعلمه وتعميمه فى كثير من المواقف الجديدة على أساس من قوانين انتقال أثر التعلم .

* * *

ثالثا — الأسس التربوية والاجتماعية لعملية التوجيه :

تقوم عملية التوجيه على عدة أسس ومبادىء تربوية واجتماعية يمكن أن نوجزها فيما يأتى :

١ — تختلف عملية التوجيه بمعناها السلوكى عن عملية التعليم بمعناها الضيق المحدود .. فبينما يهتم التعليم بالمواد الدراسية ،

نجد عملية التوجيه تهتم باشباع حاجات التلاميذ التى تنشأ فى المجالات المختلفة للحياة وفى أبعاد النمو المختلفة • ومع ذلك فان العمليتين تكمل كل منهما الأخرى ، حيث تساعد عملية النوجيه على جعل التعليم أكثر فاعلية ، وتتبه المنهج وطريقة التدريس الى العمل على تحقيق التوافق الفردى والاجتماعى لأفراد المجتمع المدرسى •

٢ — ان تنفيذ خدمات التوجيه من مسئولية الأخصائيين المؤهلين المدربين والمعدين للقيام بها • ولسنا ننكر دور جميع المتصلين بالتلميذ فى الأسرة والمدرسة والمجتمع فى تقديم التسهيلات التى تجعل برنامج التوجيه أكثر فعالية وفائدة • وهذا بدوره يتطلب تعاون الموجه مع المشرف الاجتماعى والطبيب والمدرسين ، بالاضافة الى التعاون مع الهيئات المتصلة بالمدرسة كرعاية الشباب والصحة المدرسية والعيادات النفسية •

٣ — لا بد من الاهتمام بالتلميذ كعضو فى جماعة ••فالىجانب الاهتمام به كفرد ، نجد أن خدمات التوجيه تهتم به أيضا باعتباره يعيش فى جماعات مختلفة كالأسرة والأصدقاء والمجتمع المحلى والقومى والعالمى •• وعلى ذلك لابد من تخطيط خدمات التوجيه الجمعى ، على أن يفهم الفرد دوره ومكانته فى الجماعات والمؤسسات التى ينتمى اليها • وتعتبر عملية التفاعل بين الفرد والمجتمع هذه هى المحور الأساسى لعملية التوجيه والارشاد النفسى •

٤ — لابد من مشاركة الآباء وقادة المجتمع المحلى فى عملية التوجيه ، بحيث تؤدى هذه المشاركة الى تنسيق التعاون بين المدرسة — باعتبارها المؤسسة المسئولة عن التربية الرسمية فى الدولة — وبين المؤسسات الاجتماعية الأخرى المسئولة عن تربية الطفل بطريقة غير مباشرة •

* * *

رابعا — الأسس الفنية والأخلاقية لعملية التوجيه :

هناك بعض الأسس والمبادىء المشتقة من طبيعة عملية التوجيه

والارشاد النفسى ، ومن المجال الذى يعمل فيه الموجه أو المرشد النفسى ، وتتلخص هذه الأسس فى الآتى :

١ — يجب على الموجه أن يبحث مشكلة الفرد من جميع زواياها وأن يستخدم كل ما لديه من وسائل وامكانات لمساعدته على حلها •

٢ — على الموجه أن يكون مرنا فى اتباع الوسيلة التى تتفق مع حاجات الفرد وصفاته وطبيعة المشكلات التى تواجهه ، مع مراعاة ألا يتعدى حدود اختصاصاته •

٣ — يجب على الموجه أن يحافظ على سر مهنته ، فلا يذيع أية معلومات تتعلق بعملائه الا فى اطار الاجتماعات المهنية مع الأخصائيين عندما تدعو الحاجة الى معونتهم •

٤ — ينبغى أن يبذل الموجه كل جهده لكى يزيد من فهم العميل لنفسه وللعالم الذى يعيش فيه •

٥ — ينبغى أن يكون القرار النهائى فى أية عملية توجيه أو ارشاد نفسى صادرا عن العميل وبناء على اختياره الحر وعلى مسئوليته • وليس معنى هذا أن يترك للعميل اتخاذ قرار ضد مصلحته ، ولكن المقصود هو أن يتدخل الموجه بالقدر المعقول حتى يبصر العميل بالأضرار التى قد يتعرض لها نتيجة لهذا القرار •

٦ — على الموجه أن يساعد العميل على تقبل ذاته كما هى على حقيقتها ، بمعنى أن يبصره بنواحى القوة ليدعمها وجوانب الضعف كى يتغلب عليها •

٧ — ينبغى أن تتغير طرق التوجيه وفقا لحاجات العميل • لذا يجب أن يكون الموجه متمكنا من الوسائل المختلفة المستخدمة فى علاج المشكلات التى تعرض عليه •

٨ — ينبغى تحويل العميل الى الأخصائيين الآخرين اذا ما تطلب الأمر ذلك ، كما فى حالة الشك فى وجود مرض نفسى أو عضوى مثلا •

* * *

العـــلاج النفسى

ترجع نشأة « العلاج النفسى » [٦] الى عهود سابقة بعيدة ، غير أن ازدهاره وانتشاره كان فى بداية القرن العشرين عندما ظهرت « نظرية التحليل النفسى » باعتبارها نظرية فى النفس البشرية وطريقة فى علاج الأمراض النفسية • وقد أشارت نظرية التحليل النفسى الى أهميـــة الدوافع اللاشعورية ، والى أن الأمراض النفسية ليست الا وسائل تكيف يقوم بها الفرد لمواجهة مواقف صعبة لا يمكنه أن يواجهها صراحة بطريقة سوية • وقد تركت هذه النظرية ــ نظرية التحليل النفسى ــ أثرا كبيرا فى سائر فروع الخدمات النفسية •• فهى قـــد أثرت فى مختلف فروع التوجيه والارشاد النفسى ، سواء فيما يتعلق بالأسس التى تقـــوم عليها هذه الخدمات أو الوســـائل التى تتبع فى تحقيق أهدافها • فاهتم الموجهون التربويون والمهنيون بالدوافع اللاشعورية التى تؤثر فى تكيف الفرد فى الدراسة والعمل وفى اختياره لمهنته ، كما أدت الى الاهتمام بعملية الارشاد النفسى والعلاقات القائمة بين المرشد والعميل • وأثرت كذلك فى نظرة الأخصائى الاجتماعى لسلوك الفرد وفى طرق مواجهته للمشكلات وأساليب تفاعله مع الموقف •

ولكن الأمـــر ــ فى العـــلاج النفسى ــ لم يقتصر على المحللين النفسيين ، فسرعان ما دخل المختصون فى سيكلوجية التعلم وفى علم النفس الاجتماعى وفى سيكلوجية الشخصية فى الميدان نتيجة لأوجه التشابه التى لاحظوها بين نشأة الأمراض النفسية واكتساب أساليب الســـلوك المختلفة ، ونتيجة لمـــا لاحظوه من أثر الظروف الاقتصادية والاجتماعية فى نشأة الانحرافات النفسية • وقد كان من أثر ذلك أن ظهرت أساليب من العلاج تختلف عن الأساليب المعروفة لدى مدرسة التحليل النفسى اختلافا قد يكون بسيطا فى بعضها وكبيرا فى البعض الآخر • وظهرت أساليب العلاج « غير الموجه » أو « المتمركز حـــول

---

(٦) Psychotherapy .

العميل » (Client - Centered) لـ « روجرز » (٧) وأساليب العلاج التى تعتمد على « التعلم » « لميللر » و « دولارد » (٨) .

وكان دخول الأخصائيين النفسيين فى ميدان العلاج النفسى سببا فى تنوع الأسس التى تفسر على أساس الأمراض النفسية ، كما كانت أيضا سببا فى أخضاع كثير من الظواهر المرضيه والعلاجيه لأساليب التجريب والبحث الاحصائى ولتفسير نتائجها فى اطار نظريات علم النفس . وبعد أن كانت نظرية التحليل النفسى منعزلة عن علم النفس أصبحت جزءاً منه وداخلة فى اطاره ومنطلقا للنظريات المتطورة للعلاج النفسى .

ويقوم بالعلاج النفسى مؤسسات متنوعة ، قد يكون بعضها قاصرا عليه ، وبعضها يقوم به على أساس أنه احدى وظائفها الأساسية أو الفرعية . وقد تكون هذه المؤسسات طبية فى أساسها ، أو تربوية أو اجتماعية أو نفسية . فنجد أن العلاج النفسى يتم أحيانا فى مؤسسات خاصة به ، وأحيانا يتم فى المستشفيات العامة أو الخاصة ، وفى أحيان أخرى يجرى فى مؤسسات تربوية كالعيادات النفسية الملحقة بكليات التربية وبأقسام علم النفس بالجامعات ، أو فى مؤسسات اجتماعية كمؤسسات تأهيل المعوقين أو مؤسسات رعاية الأحداث ومكاتب الخدمة الاجتماعية المدرسية . ويقوم بالعلاج النفسى أخصائيون نفسانيون متخصصون فى علم النفس الاكلينيكى ، أو أطباء نفسانيون متخصصون فى الطب النفسى (٩) .

« والعلاج النفسى » — كما يعرفه البعض — عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات الطبيعة الانفعالية الحادة ، وفيه يقوم شخص مؤهل ومدرب بايجاد علاقة مهنية مع المريض بقصد معاونته لازالة الأعراض النفسية الموجودة لديه أو تعديلها أو منع ظهورها ، وذلك

---

(٧) Rogers, C.; **Client - Centered Therapy.** Boston : Houghton - Mifflin, 1951 .

(٨) Dollard, J.; and Miller. N.; **Personality and Psychotherapy.** New York : McGraw - Hill, 1950.

(٩) سيد عبد الحميد مرسى : **الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى** . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦٧ — ٦٨ .

لتغيير أساليب السلوك المضطربة التى يعبر بها عن مشكلاته الانفعالية والعمل على نمو شخصيته وتطورها • ويذهب البعض الآخر الى أن العلاج النفسى يتضمن جميع الأساليب التى تؤثر على المريض فتجعله يغير من تفكيره ومشاعره وسلوكه بما يتفق مع أساليب التفكير والشعور والسلوك السليمة السوية • ويرى آخرون أن العلاج النفسى هو تلك العملية التى يساعد بها المعالج النفسى مريضه على أن يتحرر من قلقه ومشاعره التى تقف حجر عثرة فى سبيل تحقيق أقصا تكيف شخصى له ، ويؤثر هذا التحرر فى سلوكه فى أهم مجالات الحياة البشرية مثل العلاقات الانسانية والاجتماعية والمهنية •

واذا رجعنا الى تعريف « الارشاد النفسى » نجده يشترك مع العلاج النفسى فى الشىء الكثير ، الى الدرجة التى جعلت بعض الباحثين النفسيين يذهبون الى أنهما ليسا سوى عملية واحدة ، الا أن البعض الآخر يذهب الى التفرقة بينهما • ويمكن أن نتصور أنهما طرفان لامتداد واحد ، وأن الفرق بينهما هو فى درجة المشكلة الانفعالية التى يعانيها الفرد ، وفى التحليل الذى يقوم به المعالج النفسى ، ومدى التغير الذى يتناول الشخصية بأكملها • ومما سبق يمكن أن نضع ثلاث عمليات على امتداد واحد هى :

التوجيه — الارشاد النفسى — العلاج النفسى •

وعلى ذلك فالتوجيه والارشاد والعلاج النفسى ليست سوى درجات فى عملية واحدة تستهدف مساعدة الفرد كى يتغلب على مشكلاته ويحقق التوافق فى حياته • وتتميز هذه العملية فى « التوجيه » بالاتساع وبمعالجة المشكلات على مستوى سطحى نسبيا بحكم طبيعة هذه المشكلات • ويتميز « الارشاد النفسى » بأنه يتناول مشكلات أقل تنوعا — وهى مشكلات سوء التوافق — بشىء من التعمق • أما « العلاج النفسى » فانه يتناول مشكلات الانحراف النفسى العميقة بطريقة أكثر تعمقا ، اذ يتناول التكوين الأساسى للشخصية بالتعديل والتغيير [١٠] •

* * *

---

(١٠) المرجع السابق ، ص ٧٠ — ٧١ •

● أهداف العلاج النفسى :

الهدف الأسمى للعلاج ــ مهما تعددت واختلفت المدارس الفكرية التى ينتمى اليها المعالجون النفسيون ــ هــو تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسى ، أى مساعدة الفرد على تحقيق السعادة مع نفسه ومع الآخرين ، والتوافق مع نفسه ومع بيئته واستغلال قدراته حتى يستطيع مواجهة مطالب الحياة والواقع فى سلام •

وعلى العموم فان العلاج النفسى يسعى الى تحقيق الأهــداف التالية :

ــ ازالة العوامل والأســباب التى أدت الى المرض ، وعــلاج الأعراض •

ــ مواجهة المشكلات وتحويلها من مشكلات مسيطرة الى مشكلات مسيطر عليها ، وحلها •

ــ تعديل السلوك غير السوى ، وتعلم السلوك السوى الناضج •

ــ تعديل الدوافع التى تكمن وراء السلوك غير السوى •

ــ التخلص من المشكلات السلوكية ، وزيادة البصيرة بالنســبة لها ، وتعلم أساليب مواجهتها مستقبلا •

ــ التخلص من نواحى الضعف والعجز ، وتعزيز نواحى القــوة وتدعيمها ، وتنمية القدرات بعد التعرف عليها •

ــ تغيير المفهوم السالب للذات ، والقضاء على عدم التطابق بين مستويات مفهــوم الذات من مختلف جوانبها ، وتحقيق التطــابق بين مستويات مفهوم الذات •

ــ تحقيق تقبل الذات وتقبل الآخرين ، واقامة علاقات اجتماعية سليمة •

ــ تدعيم بناء الشخصية وتحقيق تكاملها •

ــ تحقيق التوافق الشخصى والاجتماعى والمهنى •

ــ تعلم أساليب أكثر فعالية لمواجهة البيئة بمطالبها المتعــددة ، بصورة واقعية •

— زيادة القدرة على حـل الصراع النفسى والتغلب على التوتر والاحباط والقلق •

— زيادة تقبل المسئولية الشخصية وتحملها لتقدم العلاج نحو أهدافه •

— العمل على اتمام الشفاء والحيلولة دون حدوث النكسة (١١)•

***

العـلاج النفسى فى القرآن

نزل القرآن الكريم أساسا هداية للناس ، ولدعوتهم الى عقيدة التوحيـد ، ولتعليمهم قيما وأساليب جـديدة من التفكير والحيـاة ، ولارشادهم الى السلوك السوى السليم الذى فيه صلاح الانسـان وخـير المجتمع ، ولتوجيههم الى الطـرق الصحيحة لتربيـة النفس وتنشئتها تنشئة سليمة تؤدى بها الى بلوغ الكمـال الانسانى الذى تتحقق به سـعادة الانسان فى الحياة الدنيا وفى الآخرة • قـال تعـالى :

● **« ان هذا القرآن يهدى للتى هى أقـوم ويبشر المؤمنين الذين يعملون الصالحات أن لهم أجرا كبيرا »** • (الاسراء : ٩)

● **« يا أيها الناس قـد جاءتكم موعظة من ربكم وشـفاء لمـا فى الصـدور وهدى ورحمة للمؤمنين »** • (يونس : ٥٧)

● **« وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين الا خسارا »** • (الاسراء : ٨٢)

● **« هذا بصائر للناس وهدى ورحمة لقوم يوقنون »** • (الجاثية : ٢٠)

ولا شك أن فى القرآن طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن فى نفس الانسان • فهو يهز وجدانه ، ويرهف أحاسيسه ومشاعره ، ويصقل روحه ، ويوقظ ادراكه وتفكيره ، ويجلى بصيرته ، فاذا بالانسان

---

(١١) خالد عبد السلام زهران : **الصحة النفسية والعلاج النفسى** • القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ ، ص ١٨٥ — ١٨٦ •

بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح انسانا جديدا ، كأنه خلق خلقا جديدا [١٢] .

* * *

● الايمان والشعور بالأمن :

تتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « القلق » هو السبب الرئيسى فى نشوء أعراض الأمراض النفسية ، ولكنها تختلف فيما بينها فى تحديد العوامل التى تسبب القلق . وتتفق هذه المدارس أيضا على أن الهدف الرئيسى للعلاج النفسى هو التخلص من القلق وبث الشعور بالأمن فى نفس الانسان . وهى تتبع لتحقيق هذا الهدف أساليب علاجية مختلفة ، ولكن هذه الأساليب لا تنجح دائما فى تحقيق الشفاء التام من الأمراض النفسية .

وتمدنا دراستنا لتاريخ الأديان ، وبخاصة الدين الاسلامى ، بأدلة عن نجاح الايمان بالله فى شفاء النفس من أمراضها ، وتحقيق الشعور بالأمن والطمأنينة ، والوقاية من الشعور بالقلق وما قد ينشأ عنه من أمراض نفسية . ومما يجدر ملاحظته أن العلاج يبدأ عادة بعد حدوث المرض النفسى ، أما الايمان بالله اذا ما بث فى النفس منذ الصغر ، فانه يكسب الانسان مناعة ووقاية من الأمراض النفسية . وقد وصف القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من أمن وطمأنينة فى نفس المؤمن بقوله :

● « الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون » . (الأنعام : ٨٢)

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » . (الرعد : ٢٨)

● « ما أصاب من مصيبة الا باذن الله ، ومن يؤمن بالله يهد قلبه ، والله بكل شىء عليم » . (التغابن : ١١)

---

(١٢) محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** . القاهرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢٣٦ — ٢٣٧ .

ان المؤمن بالله ايمانا صادقا لا يخاف شيئا فى هذه الحياة الدنيا فهو يعلم أنه لن يصيبه شر أو أذى الا بمشيئة الله تعالى ، ولا يمكن لأى انسان أو لأية قوة فى هذه الحياة أن تلحق به ضررا أو تمنع عنه خيرا الا بمشيئة الله تعالى • ولذلك فالمؤمن الصادق الايمان انسان لا يمكن أن يتملكه الخوف أو القلق (١٣) • قال تعالى :

● **« بلى من أسلم وجهه لله وهـو محسن فله أجـره عند ربه ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون » •** (البقرة : ١١٢)

● **« ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون » •** (الأحقاف : ١٣)

● **« ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة ألا تخافوا ولا تحزنوا وأبشروا بالجنة التى كنتم توعـدون • نحن أولياؤكم فى الحياة الدنيا وفى الآخرة ، ولكم فيها ما تشتهى أنفسكم ولكم فيها ما تدعون » •** (فصلت : ٣٠ — ٣١)

* * *

● **أسلوب القرآن فى علاج النفس (١٤) :**

لكى نستطيع أن نحدث تعديلا أو تغييرا فى شخصية فرد ما وفى سلوكه ، علينا أن نقوم بتعديل أفكاره واتجاهاته أو تغييرها ، حيث ان سلوك الانسان يتأثر — بدرجة كبيرة — بأفكاره واتجاهاته • ولذلك فان العلاج النفسى يستهدف أساسا تغيير أفكار المرضى النفسيين عن أنفسهم ، وعن الآخرين ، والحياة ، والمشكلات التى تواجههم • وحينما تتغير أفكار المريض النفسى نتيجة للعلاج فانه يصبح أقدر على مواجهة مشكلاته وأقدر على حلها ، بل انه غالبا ما يرى أن مشكلاته التى كانت تقلقه فى الماضى والتى أدت الى مرضه لم تكن فى الحقيقة بالضخامة التى كان يتوهمها ، ولم يكن هناك فى الحقيقة مبرر يدعو الى قلقه الشديد بسببها •

---

(١٣) المرجع السابق ، ص ٢٤١ — ٢٤٣ •

(١٤) المرجع نفسه ، ص ٢٥١ — ٢٧٦ •

وعملية التعلم هى فى أساسها عملية يتم فيها تعديل الأفكار والاتجاهات والعادات والسلوك وتغييرها • والعلاج النفسى هو فى أساسه عملية تصبح تعلم سابق غير سليم اكتسب فيــه المريض أفكارا خاطئة أو وهمية عن نفسه وعن غيره من الناس ، وعن مشـــكلات الحياة التى تجابهه وتسبب له القلق ، وتعلم أساليب معينة من السلوك الدفاعى التى يهرب بها من مواجهة مشكلاته ، ويخفف بها من حدة قلقه • ويحاول المعالج النفسى أن يصحح أفكار المريض ، ويجعله ينظر الى نفسه ، والى الناس ، والى مشكلاته نظرة واقعية صحيحة ، وأن يواجه مشكلاته بدلا من الهرب منها ، ويحاول حلها بدلا من الاستمرار فى حالة الصراع النفسى الناشىء عن العجز عن حل هذه المشكلات • ان هذا التغير فى نظرة المريض النفسى الى ذاته ، والى الناس ، والى الحياة ، يمده بالقدرة على مواجهة مشكلاته وحلهــا ، فيتخلص بذلك من الصراع النفسى وما يسببه له من قلق • وينتج عن ذلك عادة شعور المريض بالنشاط والحيوية ينبعثان فيه من جـــديد ، ويبدأ يمارس حيــاته الطبيعية بفاعلية ، مما يجعله يشعر بمتعة الحياة ، وبالرضا النفسى ، وراحة البال ، والسعادة • قال تعالى :

● ((•• ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم ••))
(الرعد : ١١)

ولقد نزل القرآن الكريم لتغيير أفكار الناس واتجاهاتهم وسلوكهم ، ولهدايتهم وتغيير ما هم فيه من ضلالة وجهل ، وتوجيههم الى ما فيه صلاحهم وخيرهم ، ومدهم بأفكار جديدة عن طبيعة الانسان ورسالته فى الحياة ، وبقيم وأخلاق جديدة ، ومثل عليا للحياة • وقد نجح القرآن نجاحا عظيما فى التأثير فى شخصيات الناس ، وفى تغييرها تغييرا كبيرا كانت له نتائج بعيدة الأثر فى وضع أسس جديدة لنظام حياة الانسان الشخصية ، ولنظام العلاقات الانسانية سواء فى داخل الأسرة أو فى المجتمع عامة • وباختصار ، نجح القرآن نجاحا لا نظير له بين جميع الدعوات الدينية فى جميع عصور التاريخ فى احـــداث تغييرات عظيمة الأثر فى شخصيات المسلمين ، وفى المجتمع الاسلامى •

فقد نجح القرآن الكريم فى فترة وجيزة من الزمن فى تكوين الشخصية الانسانية المتكاملة المتزنة الآمنة المطمئنة ، التى استطاعت بطاقتها الجبارة التى تولدت عن هذا التغيير الذى حدث فيها ، أن تهز العالم وتغير مجرى التاريخ • واذا ما تساءلنا : كيف استطاع القرآن معالجة نفوس العرب وأن يغير شخصياتهم ؟ هذا ما سنناقشه فيما يلى :

أولا — الايمان بعقيدة التوحيد :

ان أول شيء أراد القرآن أن يغيره فى نفوس العرب هو العقيدة ، ولذلك فان آيات القرآن الكريم التى نزلت بمكة المكرمة فى المرحلة الأولى من الدعوة الاسلامية كانت تستهدف أساسا تأكيد عقيدة التوحيد • وكان أسلوب القرآن الفائق فى بلاغته ، واستدلالاته العقلية المقنعة فيما يعرضه من القضايا والأحكام ، وما جاء فيه من قصص وأمثال توضح المعانى وتبسطها وتقربها الى الأذهان ، وما استخدمه القرآن من أساليب الترغيب والترهيب لاثارة الدافع الى التعلم ، وتكرار بعض المعانى لتأكيدها فى الأذهان •• كل ذلك كان له أكبر الأثر فى تقبل الناس للدين الجديد ، وفى ايمانهم بعقيدة التوحيد • ولقد كان الايمان بعقيدة التوحيد هو الخطوة الأولى فى احداث تغيير كبير فى الشخصية • فهو يولد فى الانسان طاقة روحية هائلة تغير مفهومه عن ذاته ، وعن الناس ، والحياة ، والكون بأكمله • انه يمده بمعنى جديد للحياة ولرسالته فيها ، ويملأ قلبه بالحب لله وللرسول وللناس من حوله وللانسانية عامة ، ويبعث الشعور بالأمن والطمأنينة •• وقد عبر القرآن عن العقيدة « بالايمان » ، قال تعالى :

● « **وما خلقت الجن والانس الا ليعبدون** » •

(الذاريات : ٥٦)

● « **ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات كانت لهم جنات الفردوس نزلا • خالدين فيها لا يبغون عنها حولا** » •

(الكهف : ١٠٧ — ١٠٨)

● « **من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ، ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون** » •

(النحل : ٩٧)

● « **يا أيها الناس اعبدوا ربكم الذى خلقكم والذين من قبلكم لعلكم تتقون** » • (البقرة : ٢١)

● « **وقضى ربك ألا تعبدوا الا اياه ••** » (الاسراء : ٢٣)

● « **وأن اعبدونى ، هذا صراط مستقيم** » • (يس : ٦١)

* * *

ثانيا — التقوى :

تصاحب الايمان بالله وتتبعه تقوى الله • والتقوى هى أن يقى الانسان نفسه من غضب الله وعذابه بالابتعاد عن ارتكاب المعاصى ، والالتزام بمنهج الله تعالى الذى رسمه لنا القرآن الكريم ، وأوضحه لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فنفعل ما أمرنا الله تعالى به ، ونبتعد عما نهانا عنه •

ويتضمن مفهوم التقوى تحكم الانسان فى دوافعه وانفعالاته ، وسيطرته على ميوله وأهوائه ، فيقوم باشباع دوافعه فى الحدود التى يسمح بها الشرع فقط • ويتضمن مفهوم التقــوى أيضا أن يتوخى الانسان دائما فى أفعاله الحق والعدل والأمانة والصدق ، وأن يعامل الناس بالحسنى ، ويتجنب العدوان والظلم • ويتضمن مفهوم التقوى كذلك أن يؤدى الانسان كل ما يوكل اليه من أعمال على أحسن وجه ، لأنه دائم التوجه الى الله تعالى فى كل ما يقوم به من أعمال ابتغاء مرضاته وثوابه • وهذا ما يدفع الانسان دائما الى تحســين ذاته ، وتنمية قدراته ومعلوماته ، ليؤدى عمله دائما على أحسن وجه • ان التقوى بهذا المعنى تصبح طاقة موجهة للانسان نحو السلوك الأفضل ، ونحو نمو الذات ورقيها ، وتجنب السلوك السىء والمنحرف • وهذا يتطلب من الانسان مجاهدة نفسه والتحكم فى أهوائه وشهواته ، فيصبح هو المسيطر عليها والموجه لها • فالتقوى ، اذن ، من العوامل الرئيسية

التى تؤدى الى نضوج الشخصية وتكاملها ، وتدفع الانسان الى الارتقاء بذاته متطلعا الى بلوغ الكمال الانسانى . قال تعالى :

● **« يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وآمنوا برسوله يؤتكم كفلين من رحمته ويجعل لكم نورا تمشون به ويغفر لكم ، والله غفور رحيم » .** (الحديد : ٢٨)

● **« يا أيها الذين آمنوا ان تتقوا الله يجعل لكم فرقانا ويكفر عنكم سيئاتكم ويغفر لكم ، والله ذو الفضل العظيم » .**

(الأنفال : ٢٩)

● **« يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وقولوا قولا سديدا . يصلح لكم أعمالكم ويغفر لكم ذنوبكم ، ومن يطع الله ورسوله فقد فاز فوزا عظيما » .** (الأحزاب : ٧٠ — ٧١)

● **« .. ومن يتق الله يجعل له من أمره يسرا » .**

(الطلاق : ٤)

* * *

ثالثا — العبادات :

فى العلاج النفسى لا يكفى لشفاء المريض أن يعرف حقيقة مشكلاته ، وأن تتغير أفكاره عنها وتتغير نظرته للحياة ، بل من الضرورى أيضا أن يمر المريض النفسى بخبرات جديدة فى الحياة يطبق فيها أفكاره الجديدة عن نفسه وعن الناس ، وأن يرى بنفسه كيف أن سلوكه الجديد قد حقق نجاحا فى علاقاته الانسانية ، وأحدث تغييرا واضحا فى سلوك الآخرين نحوه . وبهذه الممارسة الفعلية فى الحياة للسلوك الجديد المنبعث من أفكاره الجديدة وما تؤدى اليه من أفكار مرضية(*) ، يحدث التغيير الكبير فى شخصية المريض ويسير بخطى سريعة نحو الشفاء .

وقد اتبع القرآن الكريم فى منهجه وتربيته لشخصيات الناس وفى تغيير سلوكهم ، أسلوب الممارسة الفعلية للأفكار والعادات السلوكية الجديدة التى يريد أن يغرسها فى نفوسهم . ولذلك فرض

(*) مرضية : بضم الميم وتسكين الراء .

الله سبحانه وتعالى العبادات المختلفة : الصلاة ، والصيام ، والزكاة ، والحج • ان القيام بهذه العبادات فى أوقات معينة بانتظام يعلم المؤمن الطاعة لله تعالى ، والامتثال لأوامره ، والتوجه الدائم اليه فى عبودية تامة • كما يعلمه الصبر ، وتحمل المشاق ، ومجاهدة النفس والتحكم فى أهوائها ، كما يعلمه حب الناس ، والاحسان اليهم ، وينمى فى نفسه روح التعاون والتكافل الاجتماعى • ولا شك أن قيام المؤمن بهذه العبادات باخلاص وبانتظام انما يؤدى الى اكتسابه هذه الخصال الحميدة التى تتميز بها الشخصية السوية الناضجة المتكاملة ، وتوفر له مقومات الصحة النفسية السليمة ، كما يمده بوقاية من الأمـراض النفسية ، كما سيتضح لنا من مناقشتنا التالية لتأثير العبادات فى شخصية المسلم •

١ — الصــلاة :

يشير اسم « الصلاة » أن فيها صلة بين الانسان وربه •• ففى الصلاة يقف الانسان فى خشوع وتضرع بين يدى الله سبحانه وتعالى خالقه وخالق الكون كله ، الذى بيده الحياة والموت ، والموزع الأرزاق بين الناس ، مما يمد الانسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحى ، والاطمئنان والأمن النفسى • ففى الصلاة ، اذا ما أداها الانسان كما ينبغى أن تؤدى ، يتوجه الفرد بكل حواسه وجوارحه الى الله تعالى ، وينصرف عن التفكير فى مشكلات الحياة وهمومها • وهذا من شأنه أن يبعث فى الانسان حالة من الاسترخاء التام ، وهدوء النفس وراحة العقل •

ان « الاسترخاء » من الوسائل التى يستخدمها بعض المعالجين النفسيين المحدثين فى علاج الأمراض النفسية ، خاصة القلق ، ويسمون هذا الأسلوب « بالكف المتبادل » (١٥) • أو « العلاج الاسترخائى » ، أو « العلاج بالتقليل من الحساسية الانفعالية » ، وهذا الاسترخاء عادة يمكن أن يتعلمه الانسان بالتدريب ، وتمدنا الصــلاة خمس مرات

(١٥) Reciprocal Inhibition

فى اليوم بأحسن نظام للتدريب على الاسترخاء وتعلمه . واذا تعلم الانسان الاسترخاء فانه يستطيع أن يتخلص من التوتر العصبى الذى تسببه ضغوط الحياة . ولقد كان رسول الله ﷺ يقول لبلال رضى الله عنه حينما تحين أوقات الصلاة : « أرحنا بالصلاة يابلال » . وفى الحديث : « أن رسول الله ﷺ كان اذا حزبه أمر صلى » (١٦) .

وتساعد حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة على التخلص أيضا من القلق الذى يشكو منه المرضى النفسيون . فان حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة تستمر عادة فترة ما بعد الانتهاء من الصلاة . وقد يواجه الانسان وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء بعض الأمور أو المواقف المثيرة للقلق ، أو قد يتذكرها . وتكرار تعرض الفرد لهذه المواقف المثيرة للقلق أو تذكره لها ، أثناء وجوده فى حالة الاسترخاء والهدوء النفسى عقب الصلوات ، انما تؤدى الى « الانطفاء » التدريجى للقلق ، والى ارتباط هذه المواقف المثيرة للقلق بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وبذلك يتخلص الفرد من القلق الذى كانت تثيره هذه المواقف .

ويقوم الانسان عقب الصلاة مباشرة بالتسبيح والدعاء الى الله تعالى ، وهذا يساعد على استمرار حالة الاسترخاء والهدوء النفسى لفترة ما عقب الصلاة . وفى الدعاء يقوم الانسان بمناجاة ربه . ويبث اليه ما يعانيه فى حياته من مشكلات تزعجه وتقلقه ، ويطلب من الخالق سبحانه أن يعينه على حل مشكلاته وقضاء حاجاته .. ان مجـرد تعبير الانسان عن المشكلات التى تقلقه وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسى يؤدى أيضا الى التخلص من القلق . وهـو تكوين شرطى جديد بين هذه المشكلات وحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، فتفقد هذه المشكلات قدرتها على اثارة القلق تدريجيا ، وترتبط ارتباطا شرطيا بحالة الاسترخاء والهـدوء النفسى ، وهى حالة معارضـة للقلق .

---

(١٦) مختصر تفسير ابن كثير ، ج ١ ، ص ١٤٢ .

وفضلا عن ذلك ، فان مجرد افضاء الانسان بمشكلاته وهمومه والتعبير عنها الى شخص آحر يسبب له راحة نفسية • ومن المعروف بين المعالجين النفسيين أن تذكر المريض النفسى لمشكلاته وتحدثه عنها يؤدى الى تخفيف حدة قلقه • واذا كانت حالة الانسان النفسية تتحسن اذا أفضى الانسان بمشكلاته لصديق يرتاح اليه ، أو لمعالج نفسى ، فما بالك بمقدار التحسن الذى يمكن أن يطرأ على الانسان اذا أفضى بمشكلاته لله سبحانه وتعالى ، وقام عقب كل صلاة بمناجاة ربه ودعائه والاستعانة به وطلب العون منه •• أضف الى ذلك أن مجرد الدعاء الى الله تعالى والتضرع اليه يؤدى الى تخفيف حدة القلق من ناحية أخرى ، وذلك لأن المؤمن يعلم أن الله سبحانه وتعالى قال فى كتابه الكريم :

● **« وقال ربكم ادعونى أستجب لكم »** • (غافر : ٦٠)

● **« واذا سألك عبادى عنى فانى قريب ، أجيب دعوة الداع اذا دعان »** • (البقرة : ١٨٦)

وبالاضافة الى كل ذلك ، فان لصلاة الجماعة أثرا علاجيا هاما • فتردد الفرد على المسجد لصلاة الجماعة يتيح له فرصة التعرف بجيرانه وبكثير من الأفراد الآخرين ممن يسكنون نفس الحى الذى يسكنه ، مما يساعد على تفاعله مع الناس الآخـرين ، وعلى تكوين عـلاقات اجتماعية سليمة • ان مثل هذه العلاقات الاجتماعية يساعد على نمو شخصية الفرد ، وعلى نضجه الانفعالى ، كما يشبع حاجته الى الانتماء الاجتماعى والتقبل الأجتماعى ، مما يؤدى الى الوقاية من القلق الذى يعانيه بعض الناس نتيجة لشعورهم بالوحدة والعزلة وعدم الانتماء الى الجماعة ، أو شعورهم بعدم تقبل الجماعة لهم •• وتؤدى صلاة الجمعة ، بصفة خاصة ، دورا علاجيا هاما ، حيث يستمع فيها المصلون الى خطبة الجمعة التى يناقش فيهـا الامام عادة بعض المشـكلات الاجتماعية التى يعانيها الناس ، ويقوم بشرح أسبابها وطرق علاجها • وقد يتناول بعض أنواع السلوك الشاذ والمنحرف ، ويشرح أسبابها ، ويبين وسائل التغلب عليها • وتقوم صلاة الجمعة بدور وقائى ودور

علاجى •• أما دورها الوقائى فيرجع الى أنها تمد الفرد ، اذا ما داوم على صلاة الجمعة منذ صغره ، بمعلومات دينية ، وارشادات عملية توجه سلوكه فى الحياة توجيها سليما ، وتزيد من قدرته على مواجهة مشكلاته والتغلب عليها • أما دورها العلاجى فيرجع الى التأثير الذى تحدثه خطب صلاة الجمعة فى زيادة استبصار الفرد لذاته وما يعانيه من مشكلات ، وفى تقوية ارادته فى مواجهة مشكلاته والتغلب عليها • ان الدور الذى تقوم به صلاة الجماعة بعامة ، وصلاة الجمعة بخاصة ، فى تقويم شخصيات الأفراد وعلاجها انما يشبه الى حد ما الدور الذى يقوم به العلاج النفسى الجماعى •

هذا علاوة على أن « الوضوء » استعدادا للصلاة ليس تطهيرا للجسم فقط مما علق به من أوساخ وأدران ، وانما هو أيضا تطهير للنفس من أدرانها • فالوضوء ، اذ ما تم كما ينبغى ، يشعر المؤمن بالنظافة البدنية والنفسية معا ، ويشعره أنه تطهر من أدران أخطائه وذنوبه • ان هذا الشعور بالطهارة البدنية والنفسية يهيىء الانسان للاتصال الروحى بالله سبحانه وتعالى ، والدخول فى حالة الاسترخاء الجسمى والنفسى أثناء الصلاة • وفضلا عن هذا التأثير النفسى للوضوء ، فان له أيضا تأثيرا فسيولوجيا ، اذ تبين أن الاغتسال بالماء خمس مرات يوميا على فترات انما يساعد على استرخاء العضلات ، وتخفيف حدة التوتر البدنى والنفسى •

ونستشهد فيما يلى ببعض آيات القرآن الكريم وأحاديث نبوية شريفة :

● **« وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة ، وما تقدموا لأنفسكم من خير تجدوه عند الله ، ان الله بما تعملون بصير »** •
(البقرة : ١١٠)

● **« وأمر أهلك بالصلاة واصطبر عليها •• »** (طه : ١٣٢)

● **« وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة واركعوا مع الراكعين »** •
(البقرة : ٤٣)

● « **يا أيها الذين آمنوا اذا نودى للصلاة من يوم الجمعة فاسعوا الى ذكر الله وذروا البيع ، ذلكم خير لكم ان كنتم تعلمون** » . (الجمعة : ٩)

● « **قد أفلح المؤمنون . الذين هم فى صلاتهم خاشعون** » . (المؤمنون : ١ — ٢)

● « **يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين** » . (البقرة : ١٥٣)

● « **اتل ما أوحى اليك من الكتاب وأقم الصلاة ، ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله أكبر ، والله يعلم ما تصنعون** » . (العنكبوت : ٤٥)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن ابن عمر رضى الله عنهما قال : قال رسول الله ﷺ : « بنى الاسلام على خمس : شهادة أن لا اله الا الله ، وأن محمدا رسول الله ، واقام الصلاة ، وايتاء الزكاة ، وصوم رمضان ، وحج البيت » . (متفق عليه)

— عن أبى مالك الأشعرى رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « الطهور شطر الايمان » . (رواه مسلم)

— عن عثمان بن عفان رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « من توضأ فأحسن الوضوء ، خرجت خطاياه من جسده حتى تخرج من تحت أظفاره » . (رواه مسلم)

— عن ابن عمر رضى الله عنهما أن رسول الله ﷺ قال : « صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفذ (أى الواحد) بسبع وعشرين درجة » . (متفق عليه)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « خير يوم طلعت عليه الشمس يوم الجمعة : فيه خلق آدم ، وفيه أدخل الجنة ، وفيه أخرج منها » . (رواه مسلم)

— « اذا قلت لصاحبك يوم الجمعة أنصت والامام يخطب فقد لغوت » . (رواه البخارى ومسلم)

٢ ـ الصيام :

للصيام فوائد نفسية كثيرة ، ففيه تربية وتهذيب للنفس وعلاج لكثير من أمراض الجسم والنفس . فالامساك عن الطعام والشراب من قبل الفجر الى غروب الشمس فى جميع أيام شهررمضان انما هو تدريب للانسان على مقاومة شهواته والسيطرة عليها ، بما يؤدى الى بث روح التقوى فى نفسه .

وفى الصيام أيضا تدريب للانسان على الصبر على الجوع والعطش وكبح جماح الشهوات . ويقوم الانسان بعد ذلك بتعميم خصلة الصبر التى تعلمها من صيامه على جميع نواحى حياته الأخرى .. فيتعلم الصبر على تحمل مشاق السعى فى طلب الرزق ، وآلام المرض ، ومتاعب الحياة . والصبر من الخصال الانسانية الحميدة التى أوصى الله تعالى الانسان بالتحلى بها ، فهى خير معين له على تحمل مشاق الكفاح فى الحياة ، ومجاهدة النفس ومقاومة أهوائها .

ومن الفوائد النفسية للصيام أيضا أنه يشعر الغنى بآلام الجوع ، فيبعث فى نفسه عواطف الرحمة والشفقة على الفقراء والمساكين ، فيدفعه ذلك الى البر بهم والاحسان اليهم ، مما يدعم روح التعاون والتضامن والتكافل الاجتماعى فى المجتمع . وفضلا عن ذلك ، فان للصيام فوائد طبية وعلاجا من الأمراض البدنية . ومن المعروف أن لصحة الانسان البدنية تأثيرا على صحته النفسية ، فالعقل السليم فى الجسم السليم .

ومن الآيات والأحاديث فى مجال الصيام ما يأتى :

● **« يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون » .** (البقرة : ١٨٣)

● **« شهر رمضان الذى أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان ، فمن شهد منكم الشهر فليصمه ، ومن كان مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر ، يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون » .**

(البقرة : ١٨٥)

ومن الأحاديث النبوية الشريفة :

— عن أبى هريرة ، أن رسول الله ﷺ قال : « اذا جاء رمضان ، فتحت أبواب الجنة ، وغلقت أبواب النار ، وصفدت الشياطين » .

(متفق عليه)

— وعن أبى هريرة رضى الله عنه ، عن النبى ﷺ ، قال : « من صام رمضان ايمانا واحتسابا ، غفر له ما تقدم من ذنبه » .

(متفق عليه)

— « ان الله عز وجل فرض صيام رمضان وسننت قيامه . فمن صامه وقامه احتسابا خرج من الذنوب كيوم ولدته أمه » .

(رواه أحمد)

— « من أفطر يوما من رمضان من غير رخصة ولا مرض لم يقض عنه صوم الدهر كله وان صامه » . (رواه البخارى ومسلم)

٣ — الزكاة :

ان فريضة « الزكاة » التى تفرض على المسلم ، باخراج نصيب معلوم من ماله كل عام لانفاقه على الفقراء ، هى تدريب للمسلم على العطف على المحتاجين من الناس ، ومد يد العون لهم ، ومساعدتهم على سد حاجاتهم . انها تقوى فى المسلم الشعور بالمشاركة الوجدانية مع الفقراء والمساكين ، وتبث فيه الشعور بالمسئولية نحوهم ، وتدفعه الى العمل على اسعادهم والترفيه عنهم . انها تعلم المسلم حب الآخرين ، وتخلصه من الأنانية وحب الذات والبخل والطمع . وقد سبق أن أشرنا الى أن قدرة الفرد على حب الناس واسداء الخير لهم والعمل على اسعادهم يقوى فيه الشعور بالانتماء الاجتماعى ويشعره بدوره الفعال المفيد فى المجتمع ، مما يجعله يشعر بالرضا عن نفسه ، وهو أمر له أهمية كبيرة فى صحة الانسان النفسية . وقد قال القرآن الكريم عن « الصدقة » سواء أكانت زكاة مفروضة أو تطوعا أنها تطهر النفس وتزكيها :

● **« خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها .. »** .

(التوبة : ١٠٣)

فالزكاة تطهر النفس من دنس البخل والطمع والأثرة وحب الذات والقسوة • وهى تزكى النفس ، أى تنميها وترفعها بالخيرات والبركات العملية والخلقية ، حتى تكون بها أهلا للسعادة الدنيوية والأخروية •

وروى أحمد عن أنس رضى الله عنه أن النبى ﷺ قال لرجل من تميم سأله كيف ينفق ماله : « تخرج الزكاة من مالك فانها طهرة تطهرك ، وتصل أقرباءك ، وتعرف حق المسكين والجار والسائل » • ومن الآيات والأحاديث فى هذا المجال :

● **« ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات وأقاموا الصلاة وآتوا الزكاة لهم أجرهم عند ربهم ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون »** •

(البقرة : ٢٧٧)

● **« •• ورحمتى وسعت كل شىء ، فسأكتبها للذين يتقون ويؤتون الزكاة والذين هم بآياتنا يؤمنون »** • (الأعراف : ١٥٦)

● **« •• وويل للمشركين • الذين لا يؤتون الزكاة وهم بالآخرة هم كافرون »** •

(فصلت : ٦ — ٧)

● **« قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون • والذين هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون »** •

(المؤمنون : ١ — ٤)

● **« • • لئن أقمتم الصلاة وآتيتم الزكاة وآمنتم برسلى وعزرتموهم وأقرضتم الله قرضا حسنا لأكفرن عنكم سيئاتكم •• »** •

(المائدة : ١٢)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى أيوب رضى الله عنه ، أن رجلا قال للنبى ﷺ : أخبرنى بعمل يدخلنى الجنة ، قال : « تعبد الله ولا تشرك به شيئا ، وتقيم الصلاة ، وتؤتى الزكاة ، وتصل الرحم » • (متفق عليه)

— « من استفاد مالا فلا زكاة عليه حتى يحول عليه الحول عند **ربه** » • (رواه أحمد والترمذى)

— « ما أدى زكاته فليس بكنز » . (رواه أحمد)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن النبى ﷺ قال : « ما من يوم يصبح العباد فيه الا ملكان ينزلان ، فيقول أحدهما : اللهم أعط منفقا خلفا ، ويقول الآخر : اللهم أعط ممسكا تلفا » . (متفق عليه)

— « الصدقة تسد سبعين بابا من السوء »

(رواه الطبرانى)

— « حصنوا أموالكم بالزكاة ، وداووا مرضاكم بالصدقة ، وأعدوا للبلاء الدعاء » . (رواه الطبرانى)

— « من أراد أن تستجاب دعوته وأن تكشف كربته فليفرج عن معسر » . (رواه أحمد)

— « استنزلوا الرزق بالصدقة » . (رواه البيهقى)

٤ — الحج :

وللحج أيضا فوائد نفسية عظيمة الشأن . فزيارة المسلم لبيت الله الحرام فى مكة المكرمة ، ولمسجد رسول الله عليه الصلاة والسلام فى المدينة المنورة ، ولمنازل الوحى ، تمد المسلم بطاقة روحية عظيمة تزيل عنه كروب الحياة وهمومها ، وتغمره بشعور عظيم من الأمن والطمأنينة والسعادة .

وفضلا عن ذلك ، فان فى الحج تدريبا للانسان على تحمل المشاق والتعب ، وعلى التواضع حيث يخلع الانسان ملابسه الفاخرة ويرتدى ملابس الحج البسيطة التى يتساوى فيها جميع الناس ، الغنى والفقير ، والسيد والمسود ، والحاكم والمحكوم . وهو يقوى روابط الأخوة بين جميع المسلمين من مختلف الأجناس والأمم والطبقات الاجتماعية ، حيث يجتمعون جميعا فى مكان واحد يعبدون الله تعالى ويبتهلون اليه ويتضرعون . ويهيىء هذا التجمع الهائل للمسلمين من مختلف الشعوب الاسلامية فرص التآلف والتعارف وتكوين العلاقات والصداقات بينهم .

وفى الحج أيضا تدريب للانسان على ضبط النفس والتحكم فى شهواتها واندفاعاتها ، اذ يتنزد الحاج وهو محرم عن مباشرة النساء ، وعن الجدل والخصام والشحناء والسباب ، وعن المعاصى وكل ما نهى الله تعالى عنه • وفى ذلك تدريب للانسان على ضبط النفس ، وعلى السلوك المهذب ، وعلى معاملة الناس بالحسنى ، وعلى فعل الخير • فالحج هو جهاد للنفس ، يجتهد فيه الانسان أن يهذب نفسه ، ويقاوم أهواءه ، ويدرب نفسه على تحمل المشاق ، وعلى فعل الخير وحب الناس •

ويعلم المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب ، ويرجع المسلم من الحج كيوم ولدته أمه ، ولا شك أن معرفة المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب يجعل الانسان يعود من حجه منشرح الصدر سعيدا ، يغمره الشعور بالأمن والطمأنينة وراحة البال • ويمده هذا الشعور الغامر بالسعادة والأمن بطاقة روحية هائلة تنسيه هموم الحياة ومتاعبها ، قال الله تعالى :

● **« ان أول بيت وضع للناس للذى ببكة مباركا وهدى للعالمين • فيه آيات بينات مقام ابراهيم ، ومن دخله كان آمنا ، ولله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا ، ومن كفر فان الله غنى عن العالمين »** •
(آل عمران : ٩٦ — ٩٧)

● **« الحج أشهر معلومات ، فمن فرض فيهن الحج فلا رفث ولا فسوق ولا جدال فى الحج ، وما تفعلوا من خير يعلمه الله ، وتزودوا فان خير الزاد التقوى ، واتقون يا أولى الألباب »** •

(البقرة : ١٩٧)

● **« وأذن فى الناس بالحج يأتوك رجالا وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق • ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله فى أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام ، فكلوا منها وأطعموا البائس الفقير • ثم ليقضوا تفثهم وليوفوا نذورهم وليطوفوا بالبيت العتيق »** •

(الحج : ٢٧ — ٢٩)

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « من ملك زادا وراحلة تبلغه الى بيت الله الحرام فلم يحج **فلا عليه أن يموت يهوديا أو نصرانيا . ذلك أن الله يقول : « ولله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا »[17] .**

(رواه الترمذى وأحمد)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : سمعت رسول ﷺ يقول : « من حج ، فلم يرفث ، ولم يفسق ، رجع كيوم ولدته أمه » .

(متفق عليه)

— وعنه أن رسول الله ﷺ قال : « العمرة الى العمرة كفارة لما بينهما ، والحج المبرور ليس له جزاء الا الجنة » .

(متفق عليه)

— عن عائشة رضى الله عنها أن رسول الله ﷺ قال : « ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبدا من النار من يوم عرفة » .

(رواه مسلم)

* * *

رابعا — الصبر :

يدعو القرآن المؤمنين الى التحلى بالصبر لما فيه من فائدة عظيمة فى تربية النفس ، وتقوية الشخصية ، وزيادة قدرة الانسان على تحمل المشاق ، وتجديد طاقته لمواجهة مشكلات الحياة وأعبائها ، ونكبات الدهر ومصائبه ، ولتعبئة قدراته لمواصلة الجهاد فى سبيل اعلاء كلمة الله تعـالى . .

- **« واسـتعينوا بالصبر والصـلاة ، وانهـا لكبيرة الا على الخاشعين »** . (البقرة : ٤٥)
- **« يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين »** . (البقرة : ١٥٣)
- **« يا أيها الذين آمنوا اصبروا وصابروا ورابطوا واتقوا الله لعلكم تفلحون »** . (آل عمران : ٢٠٠)

---

(١٧) آل عمران : ٩٧ .

والمؤمن الصابر لا يجزع لما يلحق به من أذى ، ولا يضعف أو ينهار اذا ألمت به مصائب الدهر وكوارثه ، فلقد أوصاه الله تعالى بالصبر ، وعلمه أن ما يصيبه فى الحياة الدنيا انما هو ابتلاء من الله تعالى ليعلم الصابرين منا ..

● **« ولنبلونكم بشىء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، وبشر الصابرين . الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا انا لله وانا اليه راجعون . أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » .** (البقرة : ١٥٥ — ١٥٧)

● **« ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلوا أخباركم » .** (محمد : ٣١)

● **« لتبلون فى اموالكم وأنفسكم ولتسمعن من الذين أوتوا الكتاب من قبلكم ومن الذين أشركوا أذى كثيرا ، وان تصبروا وتتقوا فان ذلك من عزم الأمور » .** (آل عمران : ١٨٦)

والصبر من صفات المؤمنين الحميدة التى أشاد بها القرآن فى أكثر من موضع .

● **« والعصر . ان الانسان لفى خسر . الا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر » .** (سورة العصر)

● **« ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين وآتى المال على حبه ذوى القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفى الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم اذا عاهدوا ، والصابرين فى البأساء والضراء وحين البأس ، أولئك الذين صدقوا ، وأولئك هم المتقون » .** (البقرة : ١٧٧)

والصبر يعلم الانسان المثابرة وبذل الجهد لتحقيق أهدافه . والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الارادة .. فالشخص الصابر قوى الارادة ، لا تضعف عزيمته مهما لقى من مصاعب وعقبات . وبقوة

الارادة يتمكن الانسان من انجاز الأعمال العظيمة ، وتحقيق الأهداف الكبيرة •

● **« •• ان يكن منكم عشرون صابرون يغلبوا مائتين ، وان يكن منكم مائة يغلبوا ألفا من الذين كفروا بأنهم قوم لا يفقهون » •**

(الأنفال : ٦٥)

واذا تعلم الانسان الصبر على تحمل مشاق الحياة ، ومصائب الدهر ، والصبر على أذى الناس وعداوتهم ، والمثابرة على عبادة الله وطاعته ، وعلى مقاومة شهواته وانفعالاته ، والصبر والمثابرة على العمل والانتاج •• فانه يصبح انسانا ذا شخصية ناضجة متزنة متكاملة منتجة فعالة ، ويصبح فى مأمن من القلق ومن الاضطرابات النفسية •

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « الصبر نصف الايمان ، واليقين الايمان كله » •

(رواه الطبرانى والبيهقى)

— عن أبى يحيى صهيب بن سنان رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « عجبا لأمر المؤمن ان أمره كله له خير ، وليس ذلك لأحد الا للمؤمن : ان أصابته سراء شكر فكان خيرا له ، وان أصابته ضراء صبر فكان خيرا له » • (رواه مسلم)

— عن أنس رضى الله عنه قال : قال النبى ﷺ : « ان عظم الجزاء مع عظم البلاء ، وان الله تعالى اذا أحب قوما ابتلاهم ، فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » • (رواه الترمذى)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة فى نفسه وولده وماله حتى يلقى الله تعالى وما عليه خطيئة » • (رواه الترمذى)

— وقال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » •

(رواه مسلم)

* * *

خامسا ــ الذكر :

ان مواظبة المؤمن على ذكر الله تعالى بالتسبيح والتكبير والاستغفار والدعاء وتلاوة القرآن ، تؤدى الى تزكية نفسه وصفائها وشعورها بالأمن والطمأنينة .

● **« الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب »** . (الرعد : ٢٨)

● **« فاصبر على ما يقولون وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها ، ومن آناء الليل فسبح وأطراف النهار لعلك ترضى »** . (طه : ١٣٠)

ويقول الرسول ﷺ : « ذكر الله شفاء القلوب » . (رواه الديلمى)

ــ وعنه ﷺ أنه قال : « لا يجتمع قوم يذكرون الله تعالى الا حفتهم الملائكة وغشيتهم رحمته ، ونزلت عليهم السكينة ، وذكرهم الله تعالى » . (رواه ابن ماجة)

وحينما يداوم المسلم على ذكر الله تعالى فانه يشعر بأنه قريب من الخالق سبحانه ، وأنه فى حمايته ورعايته ، ويبعث ذلك فى نفسه الشعور بالثقة والقوة والأمن والطمأنينة والسعادة . قال تعالى :

● **« فاذكرونى أذكركم »** . (البقرة : ١٥٢)

وذكر الله ، اذ يبعث فى النفس الطمأنينة والأمن ، فهو بلا شك علاج للقلق الذى يشعر به الانسان حينما يجد نفسه ضعيفا عاجزا أمام ضغوط الحياة وأخطارها ، دون سند أو معين .

● **« ومن أعرض عن ذكرى فان له معيشة ضنكا »** . (طه : ١٢٤)

ان الذكر من أفضل العبادات ، قال تعالى :

● **« .. ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله أكبر .. »** (العنكبوت : ٤٥)

والواقع ان جميع العبادات ذكر أو تساعد على الذكر .. ففى الصلاة يقوم المصلى بتكبير الله ، وتلاوة القرآن ، وتسبيح الله راكعا وساجدا ، وحمد الله والثناء عليه ، والصلاة على النبى ، ثم يعقب الصلاة الاستغفار وتسبيح الله وحمده وتكبيره ، والدعاء له .. وكل ذلك ذكر . وفى الصوم طاعة لله تعالى ، وابتعاد عن المعاصى التى تغضبه ، وتعظيم له ، وشكر له على هدايته .. وكل هذا ذكر . وفى الحج يتفرغ المسلم للصلاة والابتهال والدعاء لله ، والقيام بمناسك الحج .. وكل ذلك ذكر . قال تعالى :

● **« اننى أنا الله لا اله الا أنا فاعبدنى وأقم الصلاة لذكرى .. »** . (طه : ١٤)

● **« .. ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون »** . (البقرة : ١٨٥)

● **« وأذن فى الناس بالحج يأتوك رجالا وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق . ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله فى أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام »** . (الحج ٢٧ — ٢٨)

* * *

سادسا — التوبة :

ان الشعور بالذنب يسبب للانسان الشعور بالنقص والقلق ، مما يؤدى الى نشوء أعراض الأمراض النفسية . ويهتم العلاج النفسى ، فى مثل هذه الحالات ، بتغيير وجهة نظر الشخص المريض عن خبراته السابقة التى سببت له الشعور بالذنب ، فيراها فى ضوء جديد بحيث لا يرى فيها ما يبرر شعوره بالذنب والنقص ، فيخف تأنيبه لنفسه ، ويصبح أكثر تقبلا لذاته ، فيزول قلقه وأعراض مرضه النفسى .

ويمدنا القرآن بأسلوب فريد وناجع فى علاج الشعور بالذنب ، ألا وهو التوبة . فالتوبة الى الله سبحانه وتعالى تغفر الذنوب ، وتقوى فى الانسان الأمل فى رضوان الله ، فتخف حدة قلقه . والتوبة تدفع الانسان عادة الى اصلاح الذات وتقويمها حتى لا يقع المرء مرة أخرى فى الأخطاء والمعاصى ، وهذا يساعد على زيادة تقدير الانسان لذاته

وازدياد ثقته بها ورضائه عنها ، وبالتالى بث الشعور بالأمن والطمأنينة فى نفسه •

ان ايمان المسلم بأن الله جل شأنه يقبل التوبة ويغفر الذنوب ، انما يدفعه الى الاستغفار والتوبة ، والابتعاد عن ارتكاب المعاصى أملا فى مغفرة الله ورضوانه • واذا ما تاب المسلم توبة نصوحا ، والتزم بطاعة الله وبالعمل الصالح ، ارتاح باله ، واطمأنت نفسه ، وزالت عنه الغمة والشعور بالذنب الذى يسبب له القلق واضطراب الشخصية وسوء التوافق • قال تعالى :

● **« قل ياعبادى الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله ، ان الله يغفر الذنوب جميعا ، انه هو الغفور الرحيم » •**
(الزمر : ٥٣)

● **« انما التوبة على الله للذين يعملون السوء بجهالة ثم يتوبون من قريب فأولئك يتوب الله عليهم ، وكان الله عليما حكيما » •**
(النساء : ١٧)

● **« ان الله لا يغفر أن يشرك به ويغفر ما دون ذلك لمن يشاء •• » •**
(النساء : ٤٨)

● **« ومن يعمل سوءا أو يظلم نفسه ثم يستغفر الله يجد الله غفورا رحيما » •**
(النساء : ١١٠)

● **« فمن تاب من بعد ظلمه وأصلح فان الله يتوب عليه ، ان الله غفور رحيم » •**
(المائدة : ٣٩)

● **« واذا جاءك الذين يؤمنون بآياتنا فقل سلام عليكم ، كتب ربكم على نفسه الرحمة ، أنه من عمل منكم سوءا بجهالة ثم تاب من بعده وأصلح فانه غفور رحيم » •**
(الأنعام : ٥٤)

● **« وانى لغفار لمن تاب وآمن وعمل صالحا ثم اهتدى » •**
(طه : ٨٢)

وهكذا نجد أن أسلوب القرآن الكريم فى علاج الشخصية المنحرفة أو القويمة هو العلاج الأمثل من حيث بث الايمان بالعقيدة فى النفوس ،

وفرض العبادات المختلفة التى تساعد فى التخلى عن العادات السيئة ، وحث المسلم على تعلم الصبر لتحمل مشاق الحياة بنفس راضـية ، والحث على المواظبة على ذكر الله حتى يشـعر الانسان بقربه من الخالق عز وجل ، والاستغفار والتوبة مما يساعد على التخلص من القلق الناشىء عن الشعور بالذنب •

* * *

● **الخلاصـــة :**

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق المبادىء والقوانين النفسية فى المجالات المختلفة••فى الأسرة أو المدرسة أو العمل أو المجتمع • وقد نشأت الحاجة الى الخدمات النفسية نتيجة للتغيرات التى طرأت على الأسرة وعلى العمل وعلى المجتمع عامة •

٢ — « **التوجيه** » عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات التى تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم ، وادراك مشكلاتهم ، والانتفاع بامكاناتهم للتغلب على المشكلات التى تواجههم ، بما يؤدى الى توافقهم • ويساعد « الارشاد النفسى » الفرد على تقبل ذاته وحل مشكلاته وتحقيق التوافق مع نفسه وبيئته • ويقوم التوجيـه والارشـاد النفسى على أسس فلسـفية ، وسيكلوجيـة ، وتربوية واجتماعية ، وفنية وأخلاقية •

٣ — « العلاج النفسى » عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات الطبيعة الانفعالية الحادة ، حيث يساعد المعـالج النفسى الشخص المريض ويعاونه على ازالة الأعراض النفسية التى يعانيها أو تعديلها بما يؤدى الى نمو شخصيته وتطورها • وهو يشترك مع التوجيـه والارشاد النفسى فى تحقيق التوافق للفرد •

٤ — ان أسلوب القرآن فى العلاج النفسى هو أسلوب ناجع من حيث بث الايمان بالعقيدة ، وفرض العبـادات ، والحث على تعليم الصبر ، والمواظبة على ذكر الله ، والاستغفار والتوبة ، مما يؤدى فى النهاية الى التخلص من القلق ، والشعور بالراحة النفسية •

* * *

الفصل السادس

خاتمة

لقد ناقشنا عبر الفصول الخمسة السابقة الجوانب المختلفة للشخصية السوية •• ونقطة الانطلاق فى المناقشة نابعة من القرآن الكريم « **ونفس وما سواها** •• » فلقد أصبح الانسان فى حاجة ماسة الى فهم ذاته ، حيث قد بلغ قدرا كبيرا من التقدم العلمى ، بينما قد تخلف فى الركب الانسانى •• فأصبحت الدول تتنافس وتتناحر حتى تتغلب احداها على الدول الأخرى فى انتاج أسلحة الدمار الشامل وغزو الفضاء لتتحكم فى مصير العالم وتملى ارادتها على الدول الأخرى ، وفى غمرة الانتصار والنشوة بالمخترعات المدمرة ، نسى الحكام فى الدول العظمى — أو تناسوا — أن خالق هذا الكون — سبحانه — قادر على أن يحميه من الدمار ، أو أن يرسل عليهم طيرا أبابيل ، ترميهم بحجارة من سجيل ، وتجعلهم كعصف مأكول •• أو أن تأخذهم الصيحة فيصبحوا فى ديارهم جاثمين •

ان الانسان يبدأ التفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته ببيئته ومجتمعه لم تعد علاقة ود ووئام وتفاهم ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه •• حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجته الى فهم ذاته • وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية البشرية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية •

ولقد ورد فى القرآن الكريم — الذى جمع فأوعى — وصف للشخصية الانسانية وسماتها العامة التى يتميز بها الانسان — الذى خلقه الله تعالى فى أحسن تقويم — عن غيره من المخلوقات • وجاء فى القرآن أيضا وصف لبعض النماذج المختلفة للشخصية البشرية ، وهى

نماذج أو أنماط شائعة نكاد نراها اليوم فى مختلف المجتمعات • ونجد فى القرآن أيضا أوصافا للشخصية السوية ، وغير السوية ، وللعوامل التى تكون السواء وعدم السواء فى الشخصية •

ويشير القرآن أيضا الى الصراع بين الجانبين المادى والروحى فى الانسان • ولعل مشيئة الخالق — سبحانه — قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة • قال تعالى :

● **« يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون »** • (المنافقون : ٩)

ولقد شاءت حكمة الله تعالى ورحمته أن يوفر للانسان كافة الامكانات التى تساعده على كسب المعركة فى الصراع بين الجانب المدى والجانب الروحى ، بأن وهبه العقل — الذى ميزه به عن سائر المخلوقات — ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما أمده بحرية الاختيار حتى يستطيع أن يبت فى آخر هذا الصراع • قال تعالى :

● **« وهديناه النجدين »** • (البلد : ١٠)

● **« انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا »** •

(الانسان : ٣)

● **« ونفس وما سواها • فألهمها فجورها وتقواها • قد أفلح من زكاها • وقد خاب من دساها »** • (الشمس : ٧ — ١٠)

● **« من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام للعبيد »** • (فصلت : ٤٦)

واذا أخلص الانسان فى تقربه لله تعالى بالعبادات وصالح الأعمال ، بما يحقق التوازن بين المطالب البدنية والمطالب الروحية ، فانه يصل الى أعلى مرتبة من الكمال ، حيث تكون نفسه فى حالة اطمئنان وسكينة ، أى « نفس مطمئنة » ، قال تعالى :

● **« يا أيتها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية • فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى »** • (الفجر : ٢٧ — ٣٠)

ولقد كان القرآن الكريم سابقا مئات السنين لتلك المدارس الفكرية النفسية التى حاولت أن تحدد الأنماط المختلفة للشخصية البشرية .. فاننا نجد فى القرآن تصنيفا للناس على أساس العقيـدة الى ثلاثة أنماط هى : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون ، ولكل نمط من هـذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التى تميزه عن النمطين الآخرين. ويتميز « المؤمنون » بالايمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليـوم الآخر ، وعبادة الله وأداء الفرائض ، والتقوى والاستغفار ، والتمسك بالأخلاق الحميدة ، وحسن العاشرة والمعاملة وحسن السلوك . ويتصف « الكافرون » بعدم الايمان . والظلم والطغيان ، وسوء الخلق والمعاملة والسلوك . ويتصف « المنافقون » بالرياء ، وضعف الثقة بالنفس ، وضعف الايمان ، والكذب والخـداع ، والتردد والريبة ، والحيـل الدفاعية .

ان دراسة الشخصية السوية تدعونا الى الاهتمام بموضـوع الأخلاق والدين وعلاقتهما بالشخصية . ولقد تعرضت الأخـلاق فى الاسلام لجميع نواحى الحياة الانسانية .. فيحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة ، واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الأذى والشر وسوء السلوك . ومن أهم المبادىء والقيم الأخلاقية التى يحث عليها الاسلام ما يأتى : أدب الحديث ، والتسامح ، والرحمة ، والحلم ، والصفح ، والعدالة . والصدق ، والأمانة ، والوفاء ، والاخلاص ، والصبر ، والحياء ، والاتحاد ، والتعاون . ومن الآيات القرآنية التى تحث على التحلى بهذه الصفات :

- **« قد أفلح المؤمنون . الذين هم فى صلاتهم خاشعون . والذين هم عن اللغو معرضون » .** (المؤمنون : ١ — ٣)

- **« .. وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله غفور رحيم » .** (النور : ٢٢)

- **« .. والكاظمين الغيظ والعـافين عن النـاس ، والله يحب المحسنين » .** (آل عمران : ١٣٤)

● «٠٠ واذا قلتم فاعدلوا ولو كان ذا قربى» ٠

(الأنعام : ١٥٢)

● « والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون » ٠

(المؤمنون : ٨)

● « وأوفوا بعهد الله اذا عاهدتم ولا تنقضوا الأيمان بعد توكيدها وقد جعلتم الله عليكم كفيلا ، ان الله يعلم ما تفعلون » ٠

(النحل : ٩١)

● « ولنبلونكم بشىء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، وبشر الصابرين ٠ الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا انا لله وانا اليه راجعون ٠ أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » ٠ (البقرة : ١٥٥ — ١٥٧)

● « ٠٠ واذكروا نعمة الله عليكم اذ كنتم أعداء فألف بين قلوبكم فأصبحتم بنعمته اخوانا » ٠ (آل عمران : ١٠٣)

● « والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض ، يأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة ويطيعون الله ورسوله ، أولئك سيرحمهم الله ، ان الله عزيز حكيم » ٠ (التوبة : ٧١)

ويتعرض الانسان للصراع فى نفسه ، عندما تتجاذبه حاجاته البدنية التى يعمل على اشباعها من أجل البقاء وحفظ النوع ، وصفاته المعنوية السامية المتمثلة فى الشوق الى الايمان بالخالق جلت قدرته وعبادته وتسبيحه ٠٠ وعندما تتجاذبه هاتين القوتين — المادية والروحية — يعانى الانسان الصراع فى نفسه بين هذين الجانبين من شخصيته ٠ ولقد أشار القرآن الكريم الى هذا الصراع بقوله :

● « لقد خلقنا الانسان فى كبد » ٠ (البلد : ٤)

● « فأما من طغى ٠ وآثر الحياة الدنيا ٠ فان الجحيم هى المأوى ٠ وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى ٠ فان الجنة هى المأوى » ٠ (النازعات : ٣٧ — ٤١)

وقد اقتضت مشيئة الله تعالى أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى لقوة ايمانه ، فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق الاثابة فى الدنيا والآخرة •

قال تعالى :

● **« يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون »** • (المنافقون : ٩)

● **« فذكر ان نفعت الذكرى • سيذكر من يخشى • ويتجنبها الأشقى • الذى يصلى النار الكبرى • ثم لا يموت فيها ولا يحيا • قد أفلح من تزكى • وذكر اسم ربه فصلى • بل تؤثرون الحياة الدنيا • والآخرة خير وأبقى »** • (الأعلى : ٩ — ١٧)

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتصف بالشك والتردد والريبة ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف والرهبة من أن يفضح المسلمون أمرهم • وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى استمرار الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى • ولقد أشار القرآن الكريم الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يلجأون اليها هى : الاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل •

« فالاسقاط » حيلة عقلية يقوم بها الشخص باسقاط مشاعره ودوافعه وعيوبه على الغير • ولقد كان المنافقون يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين ، فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم • ولقد صور القرآن ذلك أصدق تصوير بقوله :

● **« واذا رأيتهم تعجبك أجسامهم ، وان يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون »** • (المنافقون : ٤)

و « التبرير » حيلة عقليه دفاعية يحاول بها الشخص تفسير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تبريرات مقبولة ، وهو يقوم بهذه

العملية بطريقة لا شعورية . ولقد كان المنافقون والكافرون يلجأون الى التبرير فى معظم الحالات لتغطية سلوكهم كى يبدو معقولا . . فاذا أفسدوا قالوا انهم يريدون الاصلاح ويبررون ذلك بتفسيرات مختلفة . وقد وصف القرآن الكريم التبرير الذى قام به المنافقون وصوره أحسن تصوير بقوله :

● **« واذا قيل لهم لا تفسدوا فى الأرض قالوا انما نحن مصلحون. ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون »** . (البقرة : ١١ — ١٢)

ويعتبر « تكوين رد الفعل » حيلة دفاعية يتخذ فيها الشخص سلوكا يعتبر مضادا لسلوك آخر ، كالمبالغة فى المجاملة والاهتمام فى معاملة شخص معين يخفى بها شعوره العدائى نحوه . ولقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة لاخفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء المسلمين ، ولقد كشف القرآن الكريم حيلتهم بقوله :

● **« ومن الناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام . واذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد »** .

(البقرة : ٢٠٤ — ٢٠٥)

وتتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « القلق » هو المصدر الأساسى والسبب الرئيسى فى ظهور أعراض الأمراض النفسية ، وتتفق هذه المدارس الفكرية كذلك على أن الهدف الأساسى للعلاج النفسى هو التخلص من القلق وبث الشعور بالأمن فى نفس الانسان .. وتشير الدراسات الاسلامية الى نجاح الايمان بالعقيدة الاسلامية فى شفاء النفس من أمراضها ، والتغلب على الشعور بالقلق ، وتحقيق الشعور بالأمن والطمأنينة . وقد وصف القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من امن وطمأنينة فى نفس المؤمن بقوله :

● **« الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون »** . (الأنعام : ٨٢)

● **« .. ومن يؤمن بالله يهد قلبه .. »** (التغابن : ١١)

● **« الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب »** .
(الرعد : ٢٨)

● **« ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون »** .
(الأحقاف : ١٣)

ولقد استطاع القرآن الكريم أن يعالج نفوس العرب ، ويحدث تغييرا كبيرا فى شخصياتهم بالاستعانة بعدة أساليب أهمها :

— بث الايمان بعقيدة التوحيد فى نفوسهم ، وغرس جذور التقوى فى قلوبهم ، بكل ما يؤدى اليه ذلك من نتائج بالغة الأهمية فى تقويم سلوكهم وشخصياتهم على الطريق السوى .

— فرض العبادات المختلفة التى ساعدت على تخليهم عن كثير من عاداتهم السيئة السابقة ، وتحليهم بالعديد من العادات والخصال الحميدة التى ساعدت على تكوين شخصياتهم تكوينا سويا متزنا متكاملا .. كل هذا بفضل الصلاة ، والزكاة ، والصيام ، والحج ، وهى أركان الاسلام الأساسية تسبقها الشهادة .

— حثهم على تعلم الصبر ، تلك الخصلة التى تساعد على تحمل المشاق وتحمل البلاء بنفس راضية ، وقوة الارادة والعزيمة ، مما يقلل من احتمالات التوتر والضيق والشعور بالهم والقلق .

— حثهم على المواظبة على ذكر الله — قياما وقعودا وعلى جنوبهم وفى كل زمان ومكان — مما يشعر الانسان أنه قريب من الله عز وجل ، فيغمره الشعور بالأمن والطمأنينة .

— حثهم على الاستغفار والتوبة ، مما يخلصهم من الشعور بالذنب وما يسببه من شعور بالقلق .

بكل هذه الأساليب نجح القرآن الكريم فى علاج نواحى الضعف فى شخصيات المسلمين ، وفى غرس الصفات الحميدة فى نفوسهم ، مما ساعد على تكوين شخصياتهم تكوينا متكاملا سويا ، وكان له أكبر الأثر فى احداث تغييرات بالغة الأهمية فى جميع نواحى الحياة فى المجتمع العربى بشبه الجزيرة العربية ، وبالمجتمع الاسلامى فى العالم بأسره .

* * *

● **وبعـــــد ..**

ان القرآن الكريم ، والعقيدة الاســلامية ، والأحاديث النبوية الشريفة ، وتعاليم الدين الاسلامى الحنيف .. كل هذا سبق العلم والعلماء المحدثين ، الذين حاولوا — ويحاولون — الغوص فى أعمــاق النفس البشرية ، والخــروج بآراء ونظــريات فى النفس البشرية والشخصية الانسانية . ان علماء الغرب لم يستحدثوا جديدا بعد ما جاء به القرآن الكريم — الذى جمع فأوعى — وما على المسلمين الا أن يتعمقوا فى دراسة تعاليم الاســلام ، بمثل ما فعل علماء المســلمين الأوائل الأفاضل ، وينهلوا من فيض هــذا الدين الحنيف ، وحينئــذ يخرجون على العالم أجمع بأفضل الآراء والنظريات المتعلقة بالنفس البشرية .

● **« وما أوتيتم من العلم الا قليلا »** . (الاسراء : ٨٥)

(صدق الله العظيم)

* * *

مراجع الكتـــاب

● المراجـــع العربية :

١ ــ أحمد محمـــد فارس : **النماذج الانسانية فى القرآن الكريم** ، بيروت : دار الفكر ، د . ت .

٢ ــ حامد عبد السلام زهران : **التوجيه والارشاد النفسى** . القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٧ .

٣ ــ حامد عبد السلام زهران ، **الصحة النفسية والعلاج النفسى** . القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ .

٤ ــ حسن الفقى ، وسيد خير الله ، (ترجمة) :**الشخصية بين الصحة والمرض** . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ .

٥ ــ سيد عبد الحميد مرسى : **الارشـــاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى** . القاهرة : الخانجى . ١٩٧٦ .

٦ ــ سيد عبد الحميد مرسى : « التوجيه والارشاد النفسى بالجامعات ــ (خدمات الشئون الطلابية) » **مجلة كلية التربية** ، المحرم ١٣٩٦ هـ .

٧ ــ ســـيد عبد الحميد مرسى : **دور المعلم فى التوجيه والارشـــاد بالمدرسة الثانوية** . مكة المكرمة : المؤتمر الأول لاعداد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ .

٨ ــ ســـيد عبد الحميد مرسى : **الدين المعاملة** . جدة : ادارة تدريب التسويق ، الخطوط الجوية العربية السعودية ، ١٩٨٥ .

٩ ــ سيد عبد الحميد مرسى : **سيكلوجية المهن** (ط ٤) القاهرة : العالمية للنشر ، ١٩٧٧ .

١٠ ــ ســـيد عبد الحميد مرسى : **علم النفس والكفاية الانتاجية** . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .

١١ ــ ســـيد قطب : **العدالة الاجتماعية فى الاســـلام** . القاهرة : مكتبة مصر ، د . ت .

١٢ ــ صلاح عبد القادر البكرى : **القرآن وبناء الانسان** . جدة : تهامة ، ١٩٨٢ .

١٣ ــ صموئيل مغاريوس : **الصحة النفســـية والعمل المدرسى** . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٧٤ .

١٤ — عبد الكريم العثمان : **الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالى بوجه خاص** (ط ٢) . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .

١٥ — عطية محمود هنا : **التوجيه التربوى والمهنى** . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ .

١٦ — عطية محمود هنا وآخرون : **الشخصية والصحة النفسية** . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ .

١٧ — عطية محمود هنا ، وسامى هنا : **علم النفس الاكلينيكى** (جـ ١) . القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٣ .

١٨ — فرج عبد القادر طه : **علم النفس الصناعى والتنظيمى** . القاهرة : دار المعارف ، ١٩٨٣ .

١٩ — فرج أحمد فرج ، قدرى حفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : **نظريات الشخصية** . القاهرة . الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ .

٢٠ — محمد عثمان نجاتى : **القرآن وعلم النفس** . القاهرة ، دار الشروق ، ١٩٨٢ .

٢١ — محمد عماد الدين اسماعيل : **الشخصية والعلاج النفسى** . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ .

٢٢ — محمد الغزالى : **خلق المسلم (ط ٨)** . القاهرة : دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ .

٢٣ — مصطفى فهمى : **التكيف النفسى** . القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧

٢٤ — مصطفى فهمى : **علم النفس الاكلينيكى** . القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧ .

٢٥ — يوسف القرضاوى : **الخصائص العامة للاسلام** (ط ٢) . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .

٢٦ — يوسف مراد : **دراسات فى التكامل النفسى** . القاهرة : الخانجى ، ١٩٥٨ .

* * *

● المراجع الأفرنجية :

1 — Adler, A.; **The Practice and Theory of Individual Psychology.** New York : Horcourt. Brace, 1927 .

2 — Adler, A.; **Understanding Human Nature.** New York : Greenberg, 1927 .

3 — Allport, G.; **Becoming : Basic Considerations for a Science of Personality.** New Haven, Conn. : Yale Univ. Press, 1955.

4 — Allport, G.; **Patterns and Growth of Personality.** New York. Holt, 1961 .

5 — Allport, G.; **Personality : A Psychological Interpretation.** New York : Holt, 1937.

6 — Arieti, S. (ed.) ; **American Hanbook of Psychiatry** (vol. II) . N. Y. : Basic Books, 1959 .

7 — Berrien . F. ; **Comments and Cases on Human Relations,** New York : Harper, 1951 .

8 — Carrol, H.; **Mental Hygiene : The Dynamics of Adjustment** (5th ed.) . Englewood Cliffs, N. J. : Prentice - Hall, 1969.

9 — Cattell, R.; « The Principal Replicated Factors Discovered on Objective Personality Tests. » **J. Abnor. Soc. Psychol. 1955**

10 — Cattell, R. ; **Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study.** New York : McGraw - Hill, 1950.

11 — Combs, A., and Snygg. D.; **Individual Behavior.** New York : Harper & Row, 1949 .

12 — Dollard, J., and Miller, N. ; **Personality and Psychotherapy.** New York : McGraw - Hill, 1950 .

13 — Freud, S.; **An Outline of Psychanalysis.** New York : Norton, 1949 .

14 — Fromm, E.; **Escape from Freedom.** New York : Holt, 1941 .

15 — Fromn, E.; Man for Himself. New York : 1947 .

16 — Fromm, E. ; **The Sane Society** . New York : Rinehart. 1955 .

17 — Goldstein, K.; **Human Nature in the Light of Psychotherapy.** Cambridge. Mass. : Harvard Univ. Press, 1940.

18 — Goldstein, K.; **The Organism** . New York : American Book, 1939 .

19 — Horney, K.; **The Neurotic Personality of Our Time.** New York : Norton, 1937 .

20 — Horney , K.; **Neurosis and Human Growth.** New York : Norton, 1950 .

21 — Jahoda, M.; **Current Concepts of Mental Health.** New York : Basic Books, 1958

22 — Jones, E.; **The Life and Works of Sigmund Freud.** New York : Basic Books, 1957

23 — Jung, C.; **The Integration of Personality.** New York : Rinehart, 1939 .

24 — Jung, C.; « The Development of Personality . » **Collected Papers,** vol . 12. New York : Pantheon Press, 1954 .

25 — Lewin, K.; **Dynamic Theory of Personality.** New York : McGraw-Hill, 1935.

26 — Lewin, K.; **Principles of Topological Psychology** . New York : McGraw - Hill. 1936 .

27 — Lewin. K.; **Field Theory in Social Science.** New York : Harper, 1951 .

28 — Lindgren, H.; **Psychology of Personal and Social Adjustment** (2nd ed.) New York : American Book, 1959 .

29 — Linton, R.; **Culture & Mental Disorders.** Springfield, III. : Charles Thomas, 1956.

30 — Maslow, A. ; **Motivation and Personality.** New York : Harper, 1954.

31 — Maslow, A.; **Toward a Psychology of Being.** Princeton, N. J. : Van Nostrand , 1962 .

32 — Opler, M. (ed.) ; **Culture and Mental Health .** New York: Macmillan, 1959 .

33 — Patterson, C.; **Counseling and Psychotherapy : Theory and Practice.** N. Y. : Harper, 1959 .

34 — Pond, D.; **Counselling in Religion and Psychiatry.** London : Oxford Univ. Press, 1973 .

35 — Rank, O. : **The Trauma of Birth.** New York : Harcourt-Brace, 1929 .

36 — Rank, O.; **Will Therapy, Truth, and Reality.** New York : Knopf, 1945.

37 — Rogers, C.; **Client - Centered Therapy : Its Current Practice, Implications, and Theory.** New York : Houghton - Mifflin. 1951 .

38 — Rogers. C.; **Counseling and Psychotherapy** . Boston, Mass. : Houghton-Mifflin, 1942 .

39 — Rogers, C.; « Significant Aspects of Client-Centered Therapy. » **Amer. Psychologist,** 1946 .

40 — Scott, T., et. al.; **A Definition of Work Adjustment.** Minnesota : Industrial Relations Center, Univ. of Minnesota, 1958.

41 — Shaffer, L., and Shoben, E., Jr.; **The Psychology of Adjustment** (2nd ed .) Boston, Mass. : Houghton - Mifflin, 1956.

42 — Sullivan, H. S.; **Conceptions of Modern Psychiatry.** New York : Norton, 1953

43 — Sullivan, H.S.; **The Interpersonal Theory of Personality.** New York : Norton, 1953

44 — Thorne, F.; **Principles of Personality Counseling** . J. Clinical Psychology, 1950

45 — Wolman, B. (ed) ; **Handbook of Clinical Psychology** . New York : McGraw - Hill, 1965 .

46 — Wolman, B.; **Mental Disorders : Their Theory & Classification.** N. Y. : Basic Books. 1965 .

47 — Wolberg, R.; **The Techniques of Psychotherapy** . N.Y. : Grune & Stratton, 1954 .



محتويات الكتاب

الصفحة

الفصـــل الثالث : ملامح الشخصية السوية

(٧٩ — ١٣٠)

الفصل الرابع : توافق الشخصية

(١٣١ — ١٧٢)

الصفحة

الفصل الخامس : التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق

(١٧٣ — ٢١٣)

الصفحة

الفصــل السادس : خاتمة

(٢١٤ — ٢٢١)

* * *

رقم الايداع بدار الكتب المصرية ٥٣٢١/١٩٨٥
الترقيم الدولى ٩٧٧–٣٠٧–٠٥٦–٥

دار التوفيق النموذجية
للطباعة والجمع الآلي
الأزهر / ٣ ميدان الموصلي بجوار جامع البنا